

# بنت النيل



يناير ١٩٥١



# فترلين

## FEATHERLIGHT



أحدث وأرقى كريم للفون دى تان  
يضيف على بشرتك سحرا طبيعيا جذابا

من ابتكار  
اليزابيث آردن

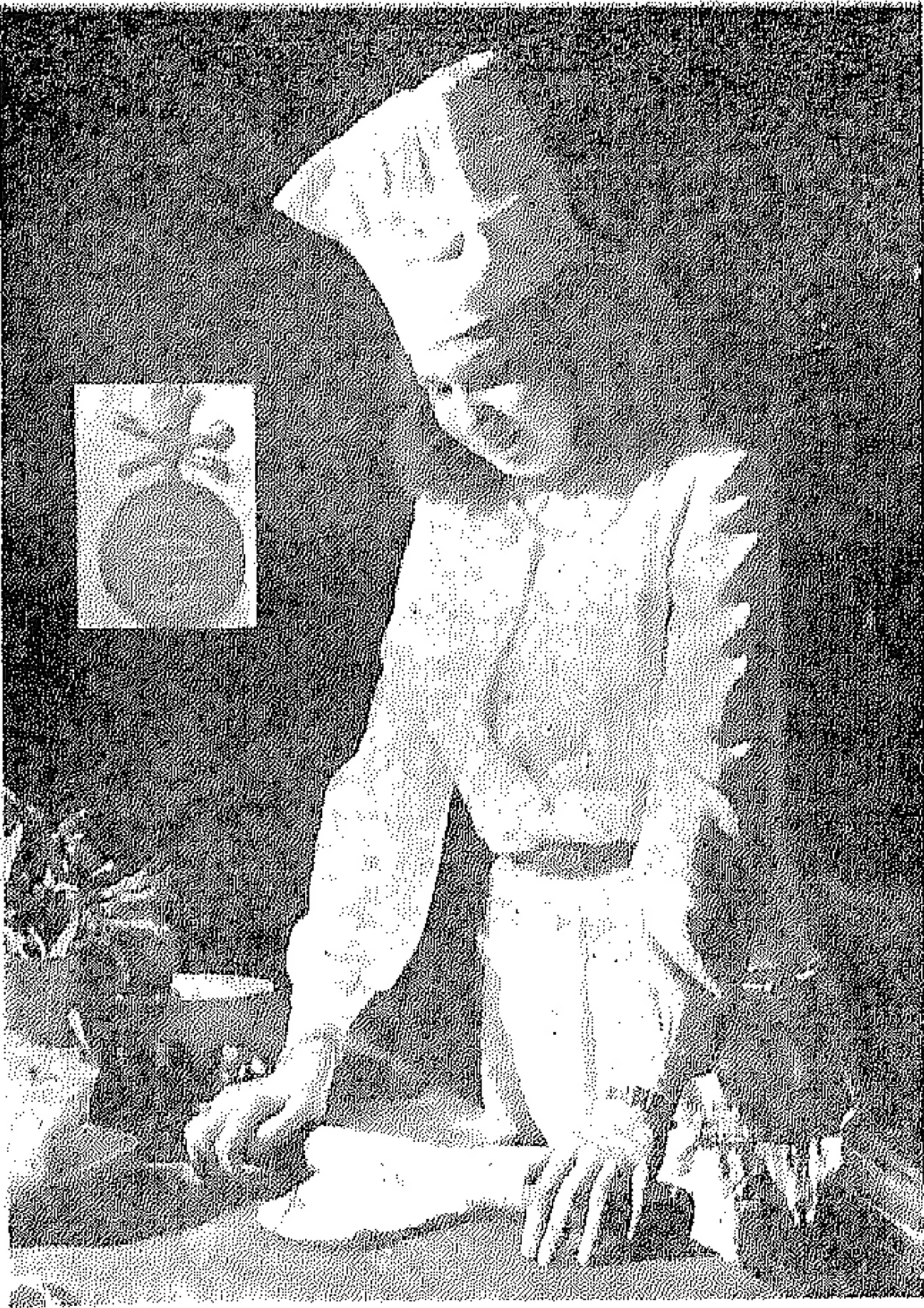
ولاي استعلام اتصلى بمس كيس الخبرة الاخصائية لمعامل اليزابيث آردن  
طرف الوكلاء **سماوى وشركاه** ايموبيليا ٣٣٧ تليفون ٤٧٧٩١  
التي يسرها أن تضع خبرتها فى خدمتك وأن ترشدك الى الالوان التي تناسبك

تبعاع فى المحلات الآتية

بالمنصورة : مخازن أدوية الحرية بالاسماعيلية : اجزاخانة انترناسيونال باسوان : ماجلا فرايس ستورز	بمصر الجديدة : اجزاخانة نورتون ببور سعيد : محلات سيمون أرزت بالسويس : اجزاخانة جاتيس	باتقاهرة : محلات شيكوريل محلات شاون اجزاخانة نورتون محل سوكرات بارفيمرى ايرين	بالاسكندرية : محلات هانو محل شالون لار دى لاكوافير ( سوكرات وشركاه )
---	---	--	--



## اخبار من كل مكان



### باريس :

أعلن صانع المجوهرات الفرنسي الشهير ( فاجو ) أنه سيتمنح قلادة ذهبية جميلة سماها ( الكوردون الازرق ) لكل سيدة فرنسية يشهد لها زوجها على أنها طاهية ماهرة .

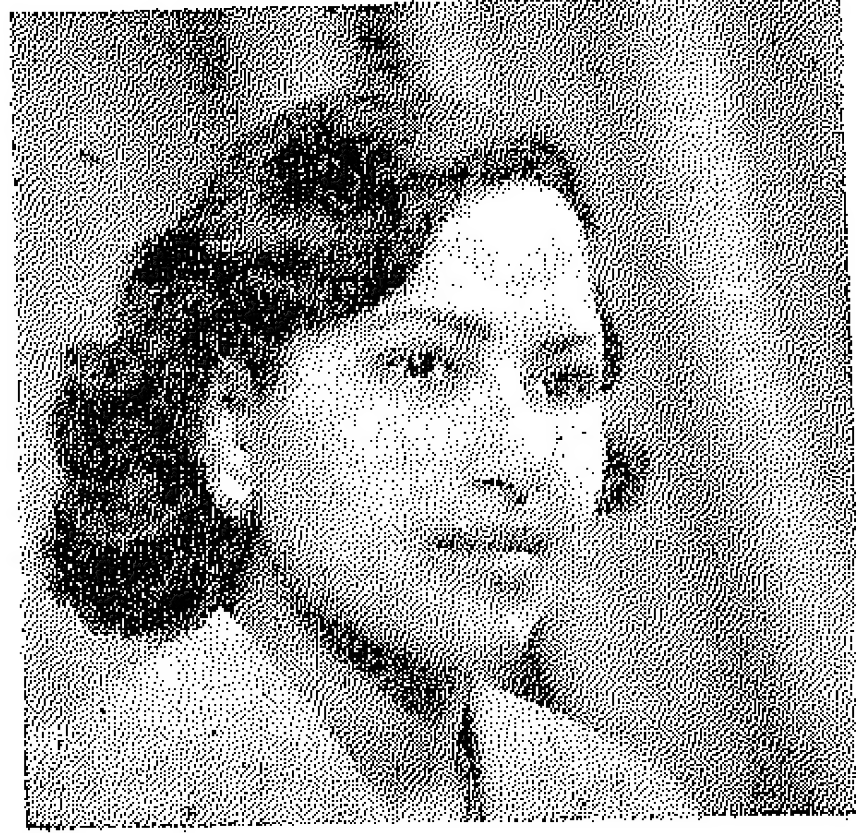
وقد حفر على القلادة صورة قدر معلقة فوق لهب نار مشتعلة ووضع فوق القدر ملعقة وشوكة عليهما القبة التي يلبسها الطهاة .

وقد علق أحد الخبثاء على ذلك بأن ( فاجو ) لن يجد عشرة نساء في باريس يشهد لهن أزواجهن بالمهارة في شئون المطبخ .



### القاهرة

احتفلت جامعة فؤاد الاول باليوبيل الفضى لها . .  
وقد حضر الاحتفال مدير جامعات العالم وأساتذتها ،  
وقد أبدى العلماء الضيوف اعجابهم بمدى تقدم الفتاة المصرية واقتحامها لكافة الكليات النظرية والعلمية .



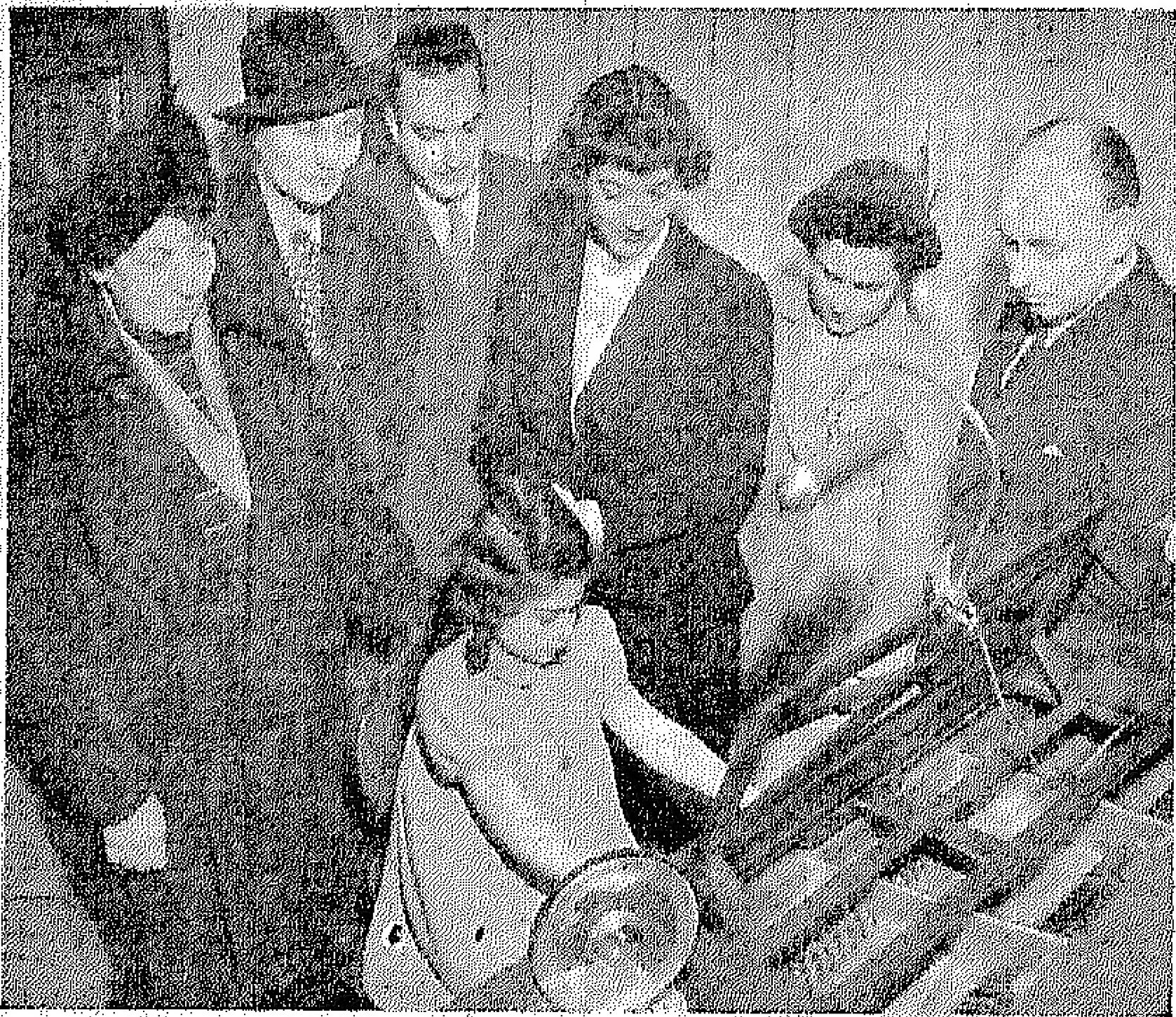
### كوبنهاجن

اشتركت الاميرة ماري الصغيرة ابنة ملك الدانمارك لأول مرة مع بنات الشعب في القيام بمهرجان رياضي لاطفال الدنمارك .

وقد أبدت الاميرة مهارة رائعة في المهرجان وكوفئت على ذلك بقطعة صغيرة من الباستلية .

### الاسكندرية

صرح معالي وزير العدل بأن باب النيابة قد فتح أمام خريجات كلية الحقوق . .  
ووراء هذا التصريح قصة جهاد شاق لفتيات طموحات ولقد كانت الاستاذة أمينة مصطفى خليل المحامية والسكرتيرة الصحفية لحزب بنت النيل بالاسكندرية هي أول من طرقت الباب فتقدمت بطلب للالتحاق بسلك النيابة فرفض فكانت النتيجة أن رفعت دعوى أمام مجلس الدولة وتبنت الحركة النسائية القضية ولما كان الكفاح عنيفا متواصلا فقد أعلنت الحكومة موافقتها على التحاق الفتيات بالنيابة الحسبية والاحداث .



### انقرة :

الطفلة التركية العبقورية ( ايديل ) وهي تعزف على البيانو في احدى الحفلات الخاصة التي أقيمت لها أثناء مرورها بباريس ويلاحظ أن الطفلة لم تتمكن بعد من استعمال دواسرة البيانو بقدميها الصغرى منها



العدد ٦٢ يناير ١٩٥١

الثلث ه قروش



« حمل الى البريد  
خطابا من احدي  
الصديقات المجهولات  
التي تربطني واياهن  
وحدة الاحساس  
بالالام والاممال  
المشتركة .. »

آه الی اماره. در بعضی ای. فیه ابرکات  
 و لم یبق فی حله و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 کریم علیه السلام و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 صفت الفریقین بنی الامید الی طرفین فاهن و اساة  
 در لای غالی من الی الحقیقه الی نفسه بیده و لا یحالی  
 در ترویج جمیع پادشاهان و یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 او سینه ای و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 انجان  
 و العیسیٰ الی و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 و قد الحو شاد و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 کتابت من بعد و نقل علی  
 ثانی و اولی اقرأ و اقصی و یحالی و لا یحالی  
 النبیل لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 التقی و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی و لا یحالی  
 در حزب نقد و لا یحالی  
 و لا یحالی  
 و لا یحالی

وصدقيني يا بنت النيل اذا قلت لك اننا من أسرة كريمة توالت علينا محن الدهر  
وتبتعتنا منذ اثني عشرة سنة الى الآن واشتدت المحن منذ ثلاث سنوات حتى أصبح كل  
ما في منزلنا أسمالا بالية واستدان والدي من أحد الاقارب ٦٠٠ جنيه لعلاج أخى فى عام  
ونصف والآن لا يجد موردا لسدها وكل ما يأتيه من ايراده يكفى حاجتنا الضرورية  
بكل مشقة فنحن جميعا شبان وشابات ، الشبان فى مراحل التعليم الثانوى والعالى ،  
والفتيات حاملات شهادة اتمام الدراسة الابتدائية قاعدات فى انتظار الازواج فهذا هو  
المستقبل الوحيد أمام فتيات الاسرة المحافظة والموت دون ما عدا ذلك .

وكلما جاء شاب لخطبتي وأرسل والدته أو أخته مثلاً لترانى تعجب بى فقط وترفض مصاهرتنا لرتاء حالة منزلنا • فقولى لى يابنت النيل من أين لوالدى أن يأتى بستمائة جنيهه ليسدد بها سلفة قريبه ثم من أين يأتى بمائتين من الجنيهات ليحدد ويصلح بها أثاث منزلنا ثم أين يأتى بمائتين آخرين على أقل تقدير ليجهنى بها أثناء الزواج • وهل قدر لنا نحن بنات الاسرة الفقيرة الشريفة أن نقضى حياتنا عانسات من أجل المادة ويرفل فى السعادة والنعيم اللصوص • آه انى حاولت الانتحار لاخلى السبيل لاختوتى ثم فضلت الصبر والايمان • آه انها المادة تدفعنى الى فهوة ( تقصد فوهة ) البركان ولم يبق لى سوى الايمان والتوجه الى الرب الكريم خالق الكون ربما ولعل ينفحنا بنفحة من عنده •

صديقتي العزيزة بنت النيل

انها الظروف قاهرة ومأساة أرزح تحتها هي التي ألجأتني الى الافضاء ببعض ما فى صدرى اليك ، ولقد تزوج جميع بنات أعمامى وعماتى وخالتى ولم يبق غيرى أنا وشقيقتى وانى أسمع كل لحظة ألفاظ التهكم والسخرية التى تذيب الجبال وهأنذا أعيش وشقيقتى فى بؤس دائم وقد حاولت جهدى أن أختصر فى كتابتى حتى لا أثقل عليك فأرجو أن تقرئى قصتى ويكون نصيبها القبول لا سلة المهملات فانها تبدو غريبة ولكنها من صميم حياتى التعسة وان ثلاثة أرباع الشعب المصرى المسكين يرزح تحت البؤس .

صديقتك البائسة • ع •



# رسالة الاسرة المصرية

والان ...

هذا هو الخطاب بنفس كلماته الساذجة التي تعبر عن واقع حقيقى لغالبية اسراتنا المصرية بمشاكلها المتعددة ذات الجذور المزمنة • ولن أستطيع فى هذا المقام أن أعرض لكل المشاكل التي أثارها خطاب الصديقة البائسة وانما سأقتصر على مشكلتين هامتين :

أولى هاتين المشكلتين هي انخفاض مستوى معيشة الاسرة المصرية الذي هو انعكاس لهبوط المستوى الاقتصادى للمجتمع كله وهذا بدوره نتيجة للنظم الاجتماعية السائدة والتي لا تسمح باطلاق كل قوى الشعب فى الانتاج والاستفادة منها استفادة كاملة فنحن لا زلنا نقف فى وجه تعليم الفتاة المصرية ونعتبر خوضها لميدان العمل عارا وبذلك نحبس نصف قوى شعبنا عن الانتاج وعن غزو الموارد الاقتصادية المعطلة والتي أكد الاقتصاديون مرارا انها لو استغلت استغلالا صحيحا لرفعت كثيرا من مستوى معيشتنا • وهكذا نجد أن هبوط المستوى الاقتصادى العام وبالتالي فقر الاسرة وما ينتابها من أمراض وعمل مرتبط ارتباطا وثيقا بتعليم المرأة المصرية واطلاقها نحو الانتاج والعمل •

والمشكلة الثانية هي الزواج • وهذه المشكلة مرتبطة فى جذورها بالمشكلة الاولى والواقع ان الكثيرين لا يزالون ينظرون الى الزواج نظرتهم الى صفقة تجارية بطلاها بائع ومشتري لا انسان وانسانة يريدان العيش فى وحدة انسانية تفيض حياة آمنة سعيدة دستورها الكفاح المشترك من أجل لقمة العيش والتفاهم والمحبة •

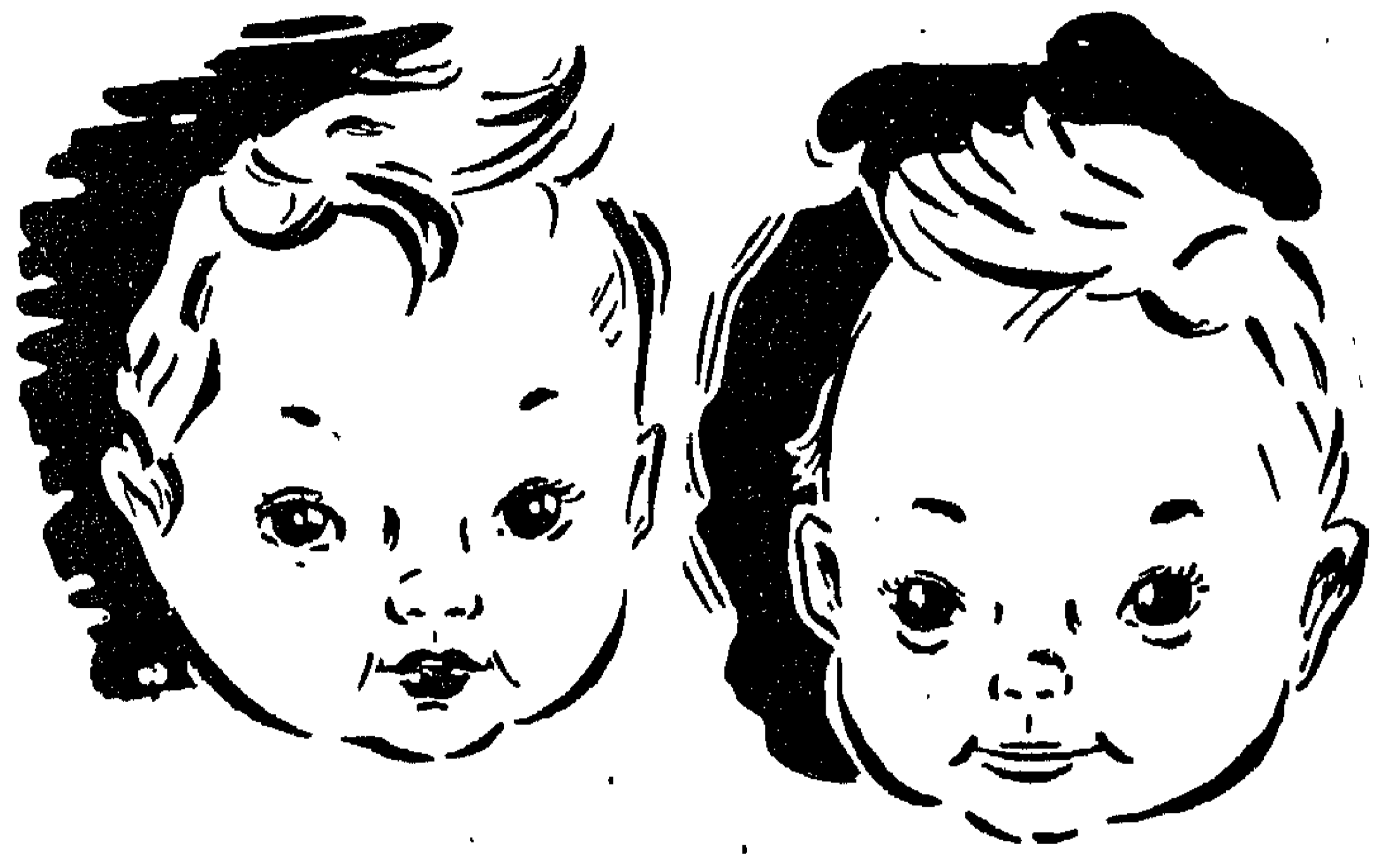
وأخيرا لا أريد أن تمر فرصة عرض خطاب هذه الصديقة دون أن أؤكد ضرورة خروجنا بمجتمعنا من الدائرة الضيقة المظلمة التي يقبع فيها الان الى دائرة أوسع من التقدم والتطور واطلاق نصف قواه المعطلة الى النور والعمل والحياة ••

ان العالم كله يسير الى الامام ونحن لا زلنا نقف فى جمود ثائر فى أعماقه هادىء فى مظهره •• ان الامام معناه الحياة ••

والجمود معناه التأخر ••• معناه الموت •• ونحن النساء المصريات لا نريد الموت ••

د. محمد مصطفى





# الولادة الصحية

لطبيب بنت النيل

نظيفة كلما قلت إصابة الام والطفل بأى مرض من الامراض التى تكثر فى هذه الفترة . وعندما تشعر السيدة بالمخاض يجب غلى كمية كبيرة من الماء بحيث يبرد ويمكن

لن نظيل الكلام فى هذا الموضوع لان النساء لا يلدن بمفردهن الا نادرا . وان النصائح الوحيدة التى يجب أن يسرن عليها هى التى يعطيها لهن أطباؤهن أو مولداتهن .

ولابد من تهيئة المنزل تهيئة خاصة لتحديث الولادة فى أحسن الظروف الممكنة وعلى الطبيب أو المولدة أن يعطيا تعليماتهما فيما يختص بأعداد ما يلزم لعملية الولادة .

وعلى أى حال يجب حماية الفراش بوضع طبقة من الشمع أو المطاط عليه . ويمكن الاستعاضة عنها بوضع عدة طبقات من ورق اللف أو ورق الجورنال . ثم يوضع عليها بعض الملاعات القديمة وأكياس المخدات وما إليها . ويجب أيضا أعداد كمية مناسبة من الملابس الداخلية مثل قمصان النوم والفانلات الخ . . . وفوط التنشيف للطبيب أو للمولدة وثلاثة طشوت مكسوة بالميون ليسهل تطهيرها بالحرق وميزان حرارة ( ترمومتر ) وصابون وكل البياضات التى استعملت أثناء الوضع يجب غسلها بعناية ووضعها فى مكان يكون بعيدا عن الغبار . وكلما كانت هذه الملابس

استعماله أثناء الوضع كماء معقم .

وآلام المخاض الاولى دليل على بداية ( العملية ) . وتزداد هذه الآلام كلما اقتربنا من ساعة خروج الطفل . وعندما يخرج من رحم أمه يظل مربوطا اليه بحبل الخلاص الذى يجب أن يقطع بعد أن يربط جيدا بخيط من الحرير . وهذه العملية يجب القيام بها عندما ينزل الطفل قبل وصول الطبيب أو المولدة .

ان آلام الام لا تنته عند هذا الحد . بل تعود مرة أخرى بعد عشرين أو ثلاثين دقيقة من الوضع ثم تنتهى بعد خروج الخلاص .

وفى هذه اللحظة وبعد أن تكون الام قد رأت وليدها يمكنها أن تخلد لراحة قد استحققتها كل الاستحقاق أما غرفة الولادة فيجب أن

تكون نظيفة وأن تكون بعيدة عن الضوضاء . ولمصلحة الام والطفل لا يصرح بالزيارات الا بعد فترة من الوقت تناسب وحالة الام الصحية . ولا تترك الام سريرها الا فى اليوم العاشر ولو ان بعض المولدين يرون ان القيام من السرير بين اليوم الثالث والخامس يقى الام اضطرابات الاوعية الدموية .

ومن المناسب أن يربط يطن الام بعد الولادة دون الضغط عليه . وعلى الام أيضا أن تحرص على اراحة نفسها بعد الولادة لمدة ثمانية أسابيع وأن تعرض نفسها على الطبيب قبل أن تستأنف حياتها العادية . أما عن الطفل فاننا سنخصص له موضوعا قائما بذاته فى العدد القادم والاعداد التى تليه .

## فالجبل وبارد فتريا

للكريستين دى ليرى

المرض الا أن الاثر الباقى منها كاف لان يقلل من أعراض التسمم التى يتميز بها مرض الدفتريا ، فيمشى الطفل على قدميه أيا ما قبل أن يقعه المرض ويضطره الى الرقاد . واذا رقد فانه يستغل ما تبقى فى جسمه الصغير من قوة المقاومة فيلعب ويقفز فى فراشه غير عابى بالجرثومة الكامنة فى حلقه حتى تدركه رحمة الطبيب فى الوقت المناسب أو غير المناسب .

لهذا السبب ألححت دائما فى كتاباتى اليكن أن تكرر حقن أطفالكن بالطعم المضاد ( الفاكسين ) كل عام مرة ، لان المناعة التى يكتسبها الطفل نتيجة الحقن الاولى

التي يتعاطاها فى نهاية العام الاول من عمره تدبل مع مرور الايام ولا بد من انعاشها وايقاظها بحقنة بنصف سنتيمتر من الطعم كل عام وكثيرا ما تظن الام ان الدفتريا لا تسبب ارتفاعا كبيرا فى الحرارة وهذا خطأ كبير لان هناك حالات ترتفع فيها الحرارة الى ٣٩ أو ٤٠ درجة ومن ظواهر الدفتريا التى قد تلفت النظر اصفرار الوجه وفقد الشهية وتضخم غدد الرقبة وحدوث نزيف من احدى فتحتى الانف وتغيير ملحوظ فى رائحة التنفس . فاذا لاحظت الام على طفلها ما يوجب الشبهة فعليها أن تجرى جريا الى طبيبها الذى اعتادت الرجوع اليه فى مشكلات ابنها . وخاصة فى هذه الايام السود التى خيم فيها ذلك الشبح المخيف على مملكة الطفل أيتها الام ! سارعى بتطعيم طفلك من جديد !



# حقوق المرأة بين أب وابنة

منذ خمسة أيام وثلاث ساعات واحدى عشرة دقيقة... فقط... كان الاستاذ موريس بك أرقش المحامى من أعدى أعداء المرأة، ولقد كتب فيما مضى عدة مقالات يهاجم فيها حقوق المرأة، هجوما عنيفا... .

ولكن حدث أن اجتمع مع ابنته وبعض صديقاتها من عضوات اتحاد بنت النيل ودارت بينهن وبينه مناقشات طويلة استتطن في النهاية أن يحصلن منه على هذا المقال الذى اعترف فيه بمبدأ حقوق المرأة وأن حاول أن يقيده ببعض القيود... .

دار حديث بينى وبين كبرى كريماتى وبعض صديقاتها حول ما يطلقون عليه اسم حق المرأة، وكان جدلها معى حادا بقدر ما كنت رفيقا بهما مقدر ان المرأة حين تجادل فيما تعتقد أنه من حقوقها وقد سلبها الرجل اياه تندفع اندفاعا يناهى بها الى حد ما عن الجادة الواضحة فى موضوع الجدل. فقلت لها: ومن الذى يستطيع أن يقول ان المرأة دون الرجل، ولكن للطبيعة أوضاعا فهي وضعت المرأة فى وضع، والرجل فى وضع آخر بحكم طبيعة كل منهما، على أن كلا منهما مكمل للآخر، فاذا كانت للرجل وظيفة لا يسلم بممارستها للمرأة فليس معنى ذلك أن مستواها دون مستواه، وان كانت للمرأة وظيفة لا تسلم بممارستها للرجل فليس ذلك معناه أن الرجل دون المرأة.

فتدبير المنزل ورعاية الطفل وتربية الاولاد وما الى ذلك مما يتصل به من الشئون العامة الخارجة عن أفق المنزل داخل فى اختصاص المرأة، أما زعم المرأة بأن من حقها أن تلى وظيفة القضاء أو النيابة العمومية أو الجيش فذلك تحزب منها وهو مجاف لطبائع الاشياء وخارج عن الاوضاع المنطقية أما أولئك الذين يزعمون

أن تقديم المؤمنين على المؤمنات فى القول الحكيم يعنى أولوية الرجال على النساء، فهم مخطئون، ومن حق المرأة - اسوة بالرجل - أن تنتخب وأن تصبح نائبة فى البرلمان حتى يتسنى لها الدفاع عن حقوق المرأة، ومن حقها أيضا أن تلى بعض الوظائف الرئيسية فى بعض المصالح الحكومية. فلماذا لا تلى وزارة الشئون الاجتماعية وهي غنية بمواردها التى تصرف على الاطفال وعجائز الناس وشيوخ الرجال والعفاة والزمنى الخ. فان ذلك بطبيعته يثير شعور الحنان فى المرأة ويحفزها الى ما لا يستطيعه الرجل، وليس عندى ما يمنع أن تلى المرأة وزارة الصحة العمومية وفيها المستوصفات والمستشفيات، والوحدات الصحية الخ. على أن يعهد من الناحية الفنية الى الاطباء من الرجال ويبقى لهم تريض النساء والاطفال حتى وان أدى ذلك الى اشراف الاطباء من الرجال.

ولا بأس أن تلى المرأة مصلحة التنظيم أو ادارة المجالس البلدية والقروية، والاشراف على عربات السكك الحديدية للقضاء على قذارة بعضها وعلى كل ما يفتقر الى النظافة التى تبرز فيها المرأة الرجل على شريطة أن يكون اختيار السيدات للوظائف

التي تصلح لها قائما على النشاط والكفاية لا على المحسوبية على حساب الجمهور. فان تم ذلك برزت عبقرية المرأة واذ ذاك يكتب لها السبق على الرجال فى هذا المضمار لان الرجال لم يحققوا الاغراض السامية

للمجتمع فى هذا السبيل. ولا أدل على ذلك من تراكم الاقذار فى كثير من الأزقة والشوارع والمصالح والمستشفيات الحكومية وفى القرى والساكن وعربات السكك الحديدية الخ... .

وثمة نظام فى أمريكا حبذا لو اتبع فى مصر وهو قيام مؤسسة يشغلها عدد من السيدات ومهمتها تنظيف المصالح الحكومية والمحاكم الخ... بعد انصراف الموظفين والقضاة... وترتيبها ترتيبا يجعلها نظيفة غير قذرة كما هو الحال

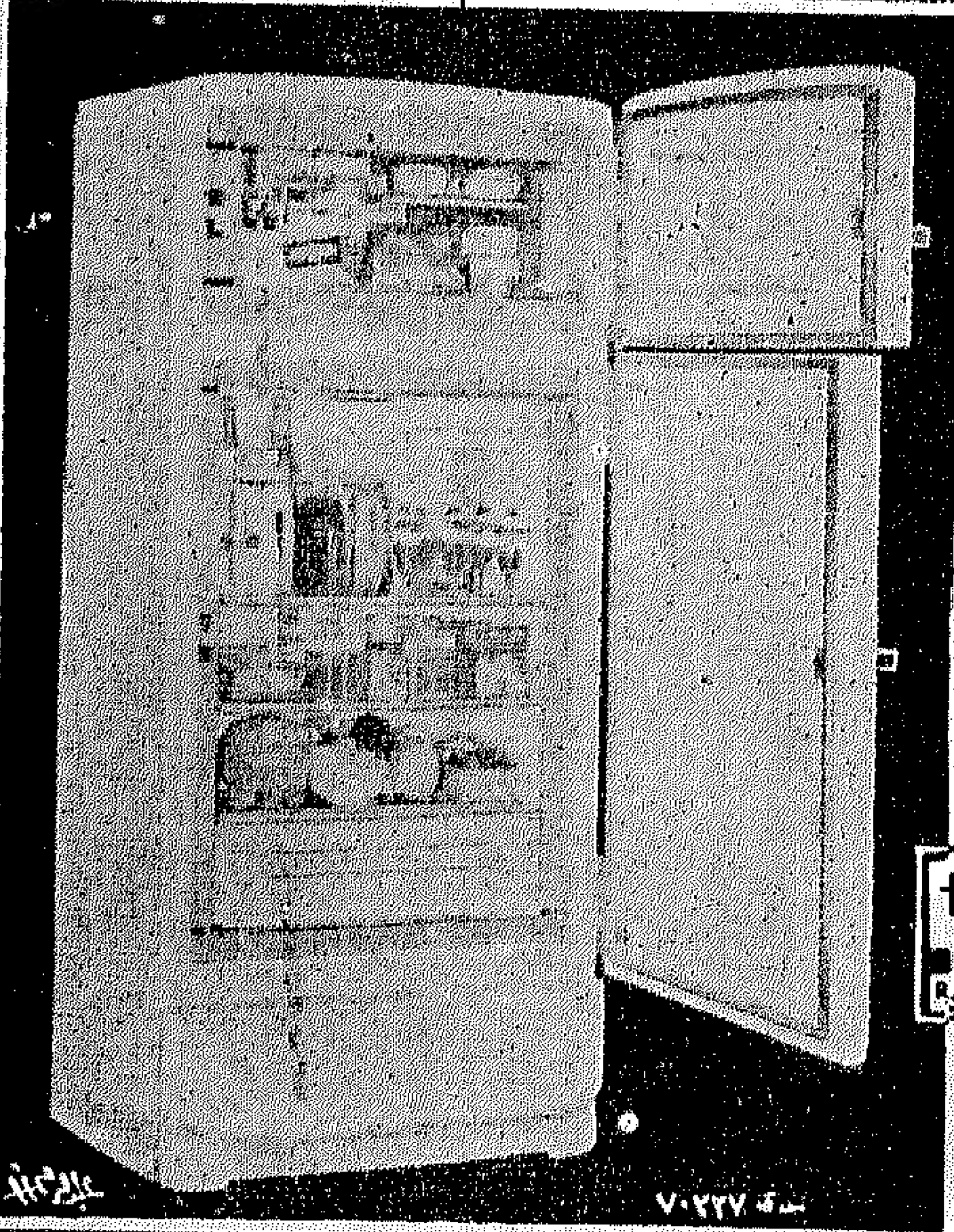
عندنا مع بالغ الاسف فى الوقت الذى ننشر فيه دعاية واسعة الافق لاجتذاب السائحين الذين ألفوا فى منازلهم وفى منتدياتهم وفى كل مكان فى بلادهم النظام والنظافة والتنسيق.

ولهذه المناسبة أقول أنى قصدت مرة الى مكتب حضرة السيدة الفاضلة زاهية مرزوق لشأن من الشئون الاجتماعية فاسترعى نظرى النظام والنظافة والاناقة مما هو غير موجود مع الاسف فى مكاتب كثير من الموظفين الرجال.

صرحت برأى هذا لابنتى وصديقاتها وانى أجهر به فى هذه المجلة فى صراحة واخلاص وفى تحرز أخشى معه ثورة لا كل النساء بل بعضهن على.

والله حسبى... وواقينى موريس أرقش

## سكاكس من سكاكس



الثلاجة العالمية

Hotpoint  
REFRIGERATOR

الوكلاء: ٣٠ شارع شريف باشا  
تليفون: ٢٥٨٩٦ - ٢٥٨٩٥  
القاهرة ٤٣ شارع قصر النيل  
تليفون: ٧٨٧٤٠ - ٧٨٧٤١

ثلاجة هوف برينج

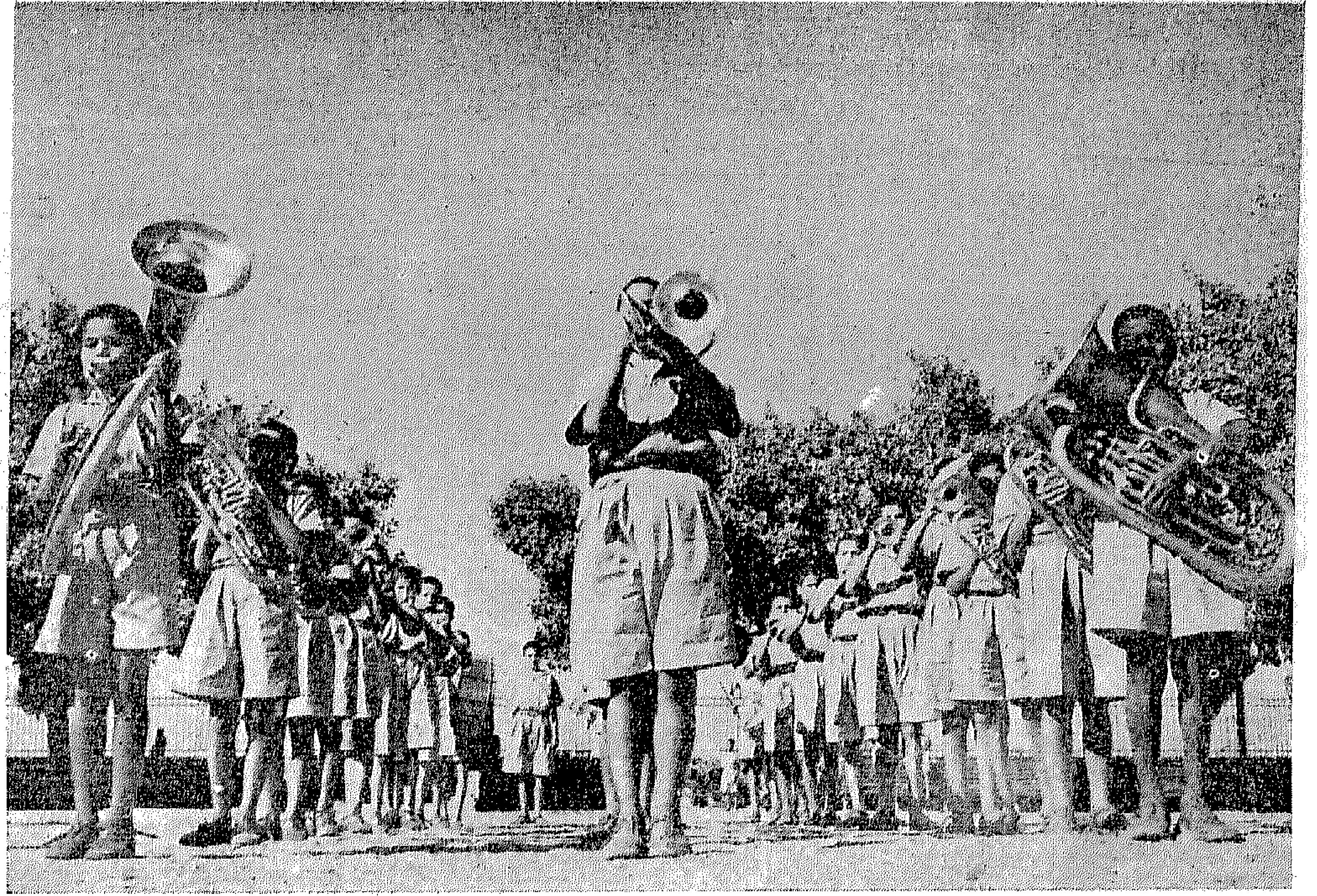


وتسلمت جمعية المرأة  
الجديدة الملجأ الخامل  
الجديد الغارق وسط نسيج  
عنكبوت الروتين الحكومي  
لتجعل منه مصنعا لجيل  
جديد من الفتيان .. من  
رجال الغد .. قد تسلحوا  
بالعلم والخلق والعمل المنتج  
الشريف .

ويقول أحد الفتيان الذين  
عاصروا العهد الحكومي  
والحياة الجديدة :

- انى أحس بأني أحييا  
الآن حياة سعيدة. لقد كنت  
من قبل أفكر كثيرا في  
الهرب .. كنت أحس كأنى  
منبوذ لا أحد يهتم بى ...  
أما الان فان الكل يهتم بى  
الاميرة نفسها تسأل عنى .  
بل تقبلنى ...

والواقع ان حياة جديدة  
دبت فى الملجأ منذ أن تعهدته  
جمعية المرأة الجديدة ولقد  
ارتفع عدد الفتيان الذين  
يضمهم الملجأ الان الى ضعف  
ما كان عليه أيام وزارة  
الشئون فصار حوالى ٥٠٠



## سيدات يصنعن جيلا جديدا ..

الجماعة بالفكرة كل  
الترحيب وصرحت الاميرة  
الشابة قائلة بعزم وقوة :  
- نحن السيدات المصريات  
علينا أن نعمل كل ما فى  
طاقتنا لنحقق لبلادنا خيرا  
ونورا وأملا ..

الخيرية الاميرية الاخرى  
جامدا خاملا لا ينشط الا فى  
المناسبات الرسمية يوما أو  
بعض يوم ليعود من جديد  
الى حياة الروتين الجامد  
الخامد .

... وبرزت جمعية المرأة  
الجديدة بقيادة الاميرة. فائزة  
وعضوية فريق من سيدات  
مصر المثقفات فى طبعهن حب  
الخير والبر بالفقراء وراحت  
الاميرة الشابة ومجنداتها  
يقمن بعدة مشروعات  
اجتماعية ناجحة كان لها  
صدى كبير فى كل الاوساط  
الامر الذى حدا بوزارة  
الشئون أن تفكر بعين  
التقدير والاعجاب لهذه  
الجماعة الفتية وتتمنى أن  
تلقى عبء بعض المؤسسات  
الخيرية الرسمية عن  
عاتقها لتضيفه الى عاتق هذه  
الجماعة . وقد كان ورحبت

ان حى العجوزة الصغير  
الجائهم فى هدوء وسط  
الحقول قد دخل التاريخ ..  
تاريخ مصر الحديثة ..

ولدخوله التاريخ قصة  
تختفى وراءها جهود سيدات  
كريمات تقودهن أميرة شابة  
مجاهدة هى سمو الاميرة  
فائزة رئيسة جمعية المرأة  
الجديدة أو فر الجمعيات  
الاجتماعية فى مصر نشاطا .

وتبدأ القصة منذ عدة  
سنوات حين قام نفر من  
المصلحين الاجتماعيين بانشاء  
ملجأ لابناء السبيل على  
مساحة ٥ أفدنة كاملة  
بالعجوزة يرعى الاطفال  
المشردين ويحميهم ضد  
غوائل الفقر والمرض  
والجريمة ... وسلم لرعاية  
وزارة الشئون .. رعاية  
الروتين الحكومي المعروف ،  
فيبقى كغيره من المؤسسات



الاشراف الصحى ... أمرا أساسى ...

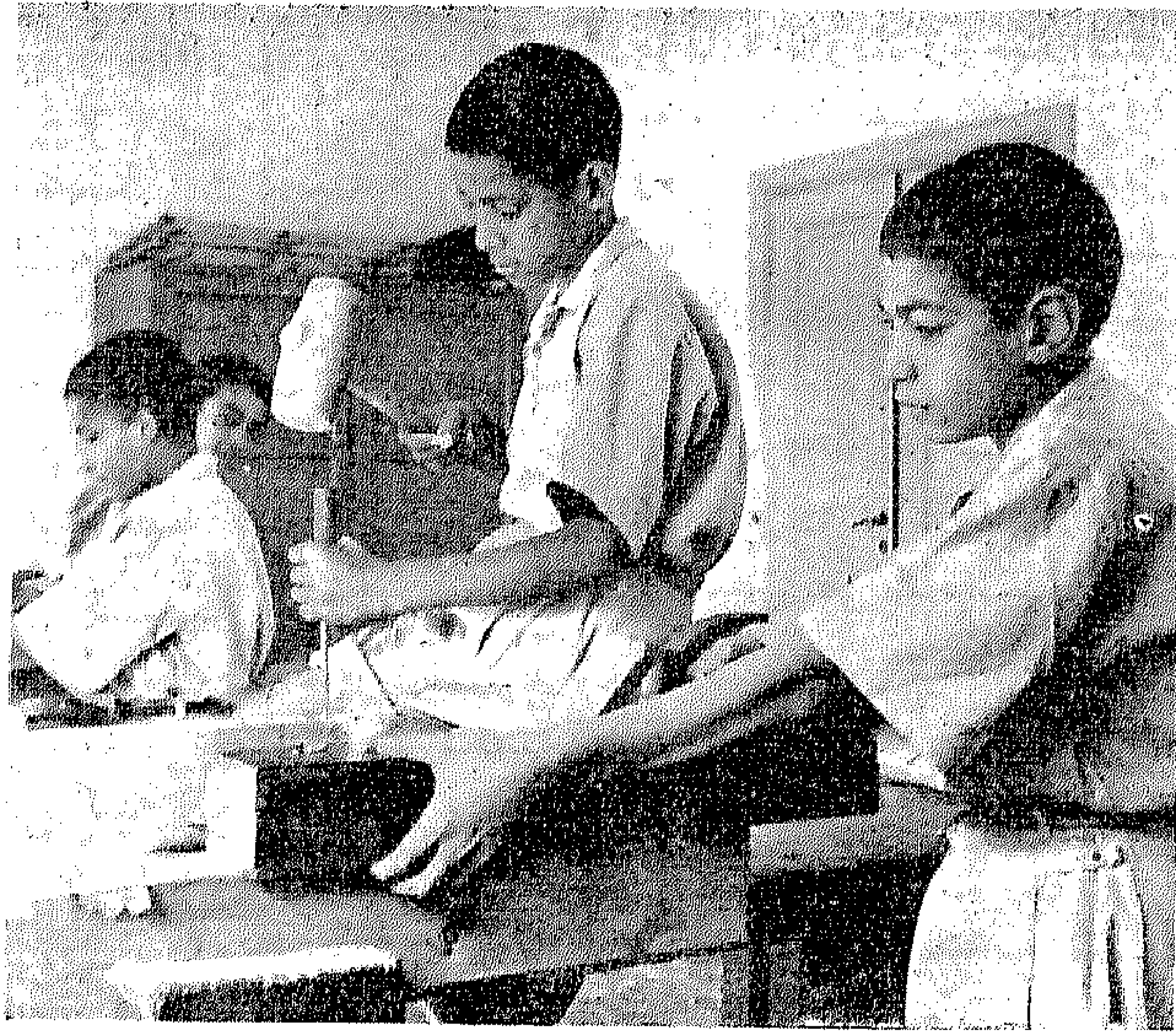


## قلبي

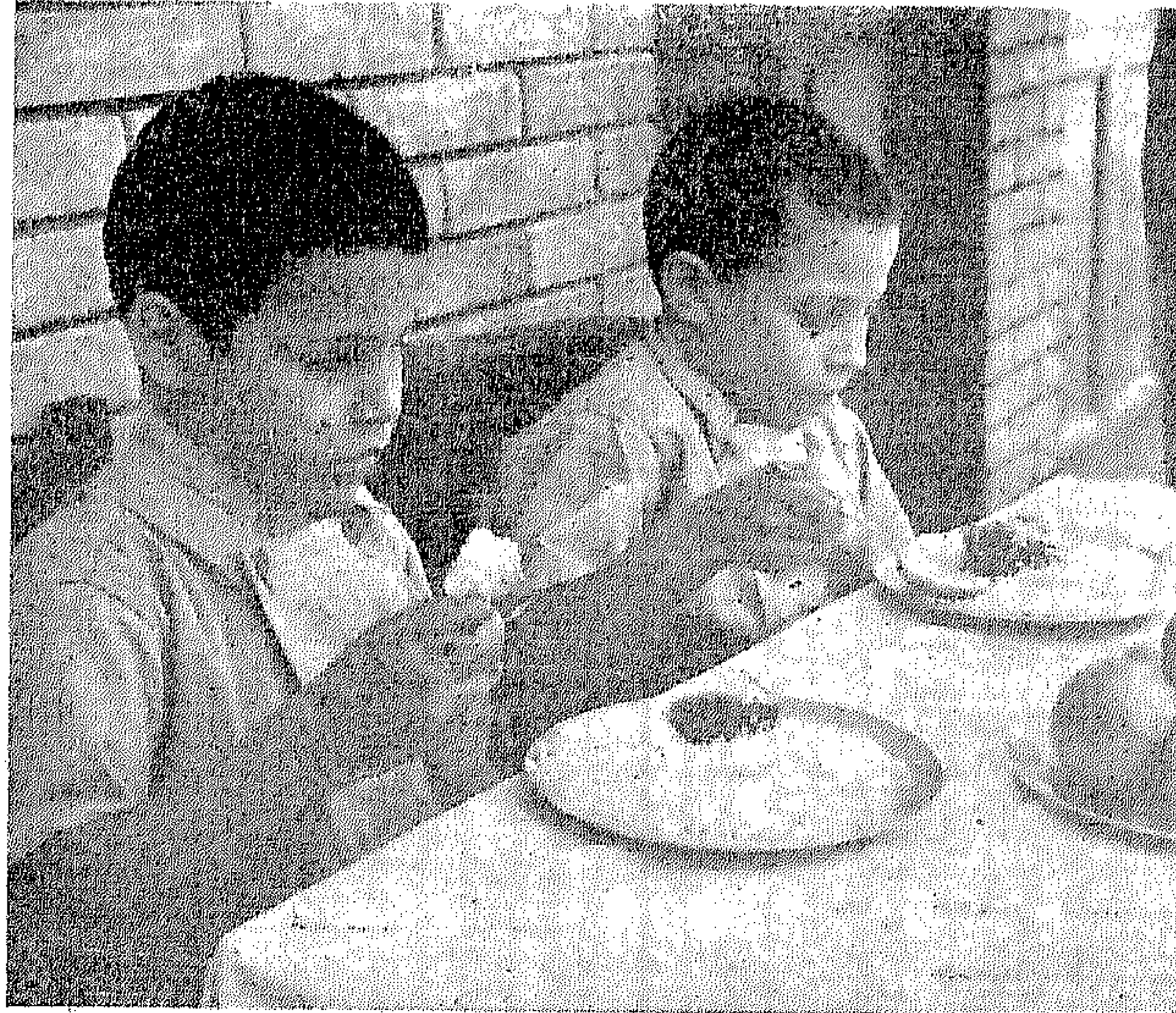
كان على أن أتصل  
بصديقة تليفونيا لامر في  
غاية من الاهمية فذهبت  
الى أقرب مكتب تلغراف  
لاستعمل تليفونه  
الاوتوماتيكي الذي يدور  
بوضع قطعتين غير  
مثنوبتين من فئة الخمسة  
مليمات . وأخذت أبحث  
في حقيبة يدي عن قطعتين  
من النقود يتوفر فيها  
هذا الشرط فلم أجده .  
وسألت هنا وهناك الى أن  
قيض الله لي موظفا في  
مكتب التلغراف أعطاني  
القطعتين المطلوبتين  
فاتجهت مهرولة الى  
التليفون ولكن سبقتني  
اليه سيدة استغرقت  
مكالمتها أكثر من ربع  
ساعة لما جاء دوري كان  
قد مضى على الموعد الذي  
ضربته لصديقتي نصف  
ساعة وطبعي الا أجدها  
في المنزل بعد ذلك .  
لم ياسيدي لا تستبدل  
مصلحة التليفونات قطع  
الخمس مليمات غير  
المثقوبة بماركات برونزية  
تباع في كل مكان ؟ ولم  
لا تحدد المصلحة المكالمات  
بثلاث دقائق ؟

## قلبي

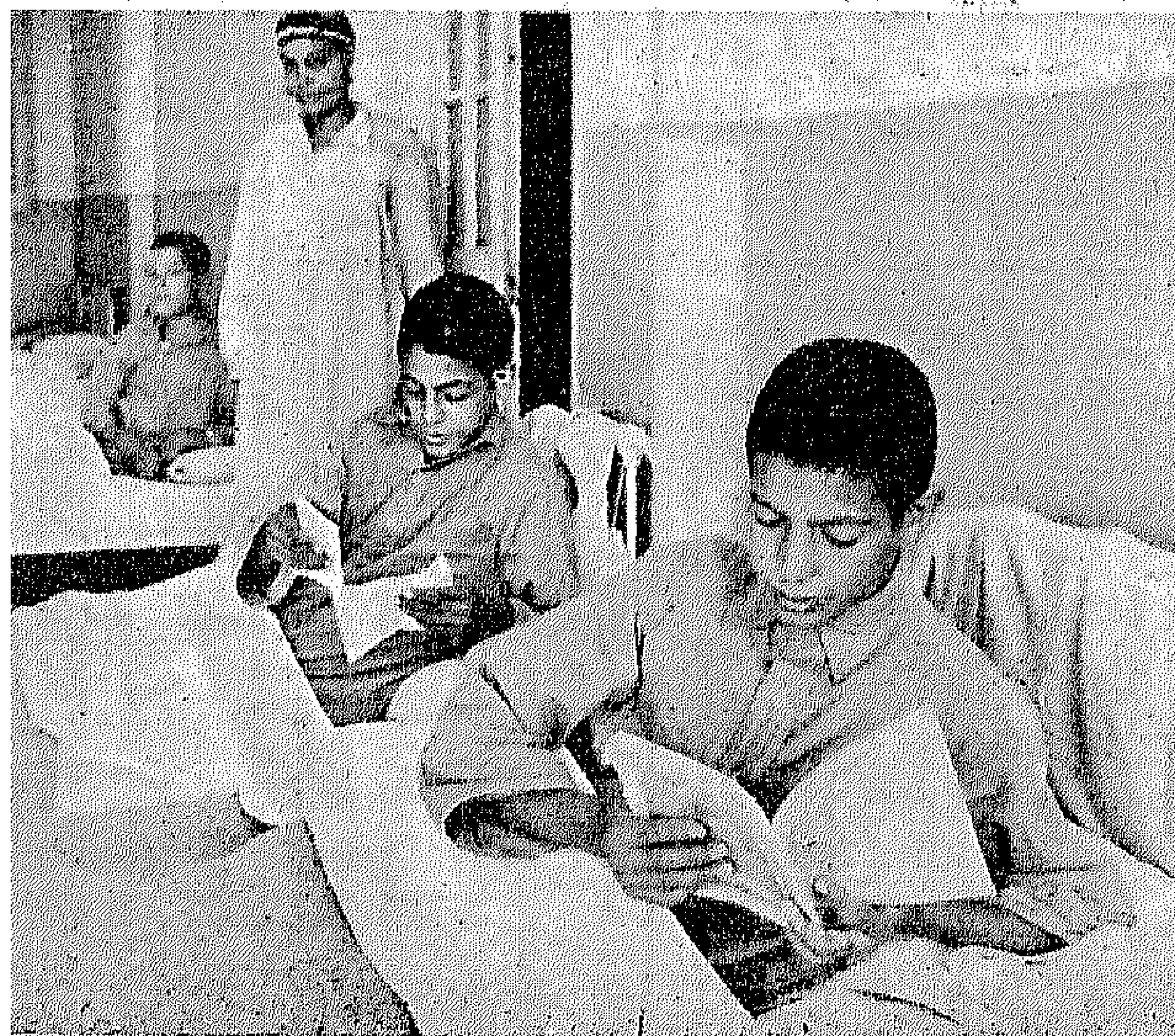
اننا نقدم اقتراحك الى  
مصلحة التليفونات فيما  
يختص ( بالماركات ) فانه  
اقتراح وجيه . أما عن  
تحديد المكالمات التليفونية  
بثلاث دقائق فذلك أمر  
يتعلق بك أنت وبنات  
جنسك أكثر مما يتعلق  
بمصلحة التليفونات .  
خليل صابات



الدراسة العملية تشغل زمنا كبيرا من وقتهم



طعام جيد للجيل الجديد



الغذاء العقل . . في كل وقت

فتى تتراوح أعمارهم بين  
السادسة والحادية عشرة .

ويهتم الملجأ بتغذيتهم  
تغذية عقلية ومهنية دسمة  
فهم يتلقون مبادئ القراءة  
والكتابة وعلم الحساب  
والتاريخ والتربية الوطنية  
والدين ويتعلمون بجانب  
هذا مهنة تعدهم لمستقبل  
عملي مضمون قوامه عمل  
شريف وعقل سليم .

كما ان الملجأ يهتم بتنظيم  
أوقات فراغهم فيوجه  
هواياتهم توجيها صحيحا  
نحو الرياضة أو الموسيقى  
أو الرسم أو التمثيل الخ . .

ويوفر لهم المسكن في  
عنابر نظيفة مرتبة ترتيبا  
أنيقا والملبس والطعام الجيد  
ويشرف عليهم مشرفون  
اخصائيون من جميع النواحي  
الصحية والغذائية والرياضية  
والاجتماعية توجههم مديرة  
فنية .

ويبقى الفتى بالملجأ حتى  
سن الحادية عشرة ثم يرسل  
الى إحدى المدارس الصناعية  
حيث ينتظره تعليم صناعي  
كبير .

وحين يخرج الملجأ كل  
عام عددا وفيرا من الفتيان  
الذين أتموا الحادية عشرة  
فانه يستقبل عددا آخر من  
الفتيان الصغار ليصنع منهم  
مواطنين صالحين .

وبعد . . .

ان التاريخ لم يخطيء  
حين أدخل في رحابه حي  
العجوزه الصغير الجاثم في  
هدوء وسط الحقول . .

لم يخطيء لان وراء أميرة  
مجاهدة وسيدات مثابرات  
ملأ قلوبهم الايمان بحق هذا  
الوطن



## دعينا نحل مشاكلك

• بريد هذا الشهر بريد  
( الحائرات ) ...

وأبدا بالحائرة فـ ج

التي تتلخص مشكلتها في أنها تعيش على ما يظهر من خطابها بالريف وقد خطبها ابن عمها منذ ثلاث سنوات وهي الآن قد بلغت السابعة عشرة فانها تخشى موقف ابن العم الذي يتجاهلها من جهة ويهدد كل من يحاول خطبتها من جهة أخرى .. ولما كانت قد سئمت هذه الحال فهي تفكر في الهجرة من بلدها الى القاهرة للالتحاق بأى عمل وأحب أن أقول للآنسة فـ ج . كما سبق أن قلت لغيرها ان المشاكل الانسانية ليست عمليات حسابية مطلقا وانما هي عواطف ومصالح تتصارع . يا آنستى ان حل مشكلتك تتوقف على مقدار الرابطة التي تربطك بابن عمك عاطفيا وماديا وعلى مدى استعدادك للعمل وثقى أن العمل - أى عمل شريف - قد أصبح ضروريا للمرأة المصرية لا غار فيه مطلقا

• وأما الحائرة ا ج •  
بالعباسية

فهي ترجو ألا أنشر قصتها وأكتفى بالرأى فقط ونزولا على رغبتها أقول ان الفتى والفتاة هما أهم شخصيتين في كل مشروع زواج وحين يكون التفاهم متفاعلا بينهما شاملا لجميع المسائل المادية والعاطفية فانه مشروع ناجح بالرغم من معاكسات العوامل الفضولية الاخرى .. وأظنها تفهم جدا معنى هذه الكلمات .

• وحتى مصر الجديدة فان فيها مشتركة بائسة حائرة لها قصة طويلة ..

قصة كفاح من أجل العلم والنور ضد أخ حنبلى يطلب العلم لنفسه في كلية الحقوق ويحرمه على أخته بالحجة المعروفة .. بينما هذه العائلة تقف كلها ان لم يكن في جانب الاخت فعلى الحياد .. ان العلم كما تقولين يافتاتى سلاح يجب أن يحميه كل انسان يجب أن يخوض في عزم ومضاء مستقبل الحياة فامضى في طريقك والزمن والتطور كفيلا باقناع أخيك ألا يكون حنبليا .

• والحائرة بشبرا مصر

تبلغ من العمر تسعة عشر عاما ووزنها الآن لا يزيد عن ٣٧ كيلو ودائما في هبوط وقد حار الاطباء في أمرها وأكدوا ان ليس بها مرض ما .. ومن هنا كانت حيرتها ..

يا عزيزتى الحائرة أنصحك بالالتجاء الى طبيب نفسانى ليحلل نفسييتك فقطعا بها بعض العقد التي تسبب لك هذا الهبوط الجسمى وثقى أن الاطباء النفسيين قد أفلحوا في كثير من الحالات التي عجز فيها الاطباء العاديون .

• وهناك حائرة أخرى رمزت لاسمها بالحروف ر م ت .

لها قلب مخلص لا يعرف الكذب أو الخداع تعيش الآن في كنف خالها التاجر الكبير بعد عدة صدمات نفسية ألّية متتالية بدأت بالفلاس والدها المقاول

فوفاته ثم وفاة زوجها الشاب بعد ثلاثة أشهر من الزواج وهي الآن في موقف متأزم مع ابن خالها خريج كلية التجارة الذي يعطف عليها وان كانت غير متأكدة من أهداف هذا العطف .. ومن هنا برزت لها فكرة الانتحار للتخلص من الحياة .. الحياة التي تحبها ولا تريد مفارقتها .. ولكن !

لا ياصاحبة القلب المخلص ان الانتحار هروب .. هروب من الحياة من نفسك من الناس وهو عقاب لك

انطلقى الى العلم بالجامعة كما تريدن فالعلم سلاح .. قولى لابن خالك بصراحة ماذا تريد منى وعلى هدى اجابته حدى موقفك ان الحياة التي قست عليك لن تستطيع أن تقسو الى الابد بل حتما ستبتسم ستبتسم تحت ضغط شجاعتك وقوتك وابتساماتك أنت نفسك .

خطاب مفتوح

## لمعالى وزير المعارف

جاءنا الخطاب الاتى من طالبات مدرسة الفنون الطرزنية بالاسكندرية - السنة الرابعة :

نحن نقيم معرضا كل عام لاشغالنا التي تباع فيه وترجع الارباح للوزارة وفي هذا العام جاءنا قرار جديد في نوعه هو أن نصنع ثلث الاشغال لنا والثلثين الاخرين للمعرض وهذا الثلث هو جولة صوف فقط أما البلوزة التي تنتظرها التلميذة ٣ سنوات كاملة فهي للمعرض وهذا لا يرضى كل من يهيمه مصلحة الطالبة ويحكم بالعدل .

نحن معشر الطالبات كما تعلمين نسهر الليالى الطوال في سبيل أغراضنا ونبذل الكثير من صحتنا ونظرنا الذي لم يبق منه الا القليل على أمل الاستمتاع بما ننتجه .

نحن نتساءل أهى مدرسة أم مشغل فالمشغل المفروض أن يصنع له كل شىء ولا نعارض لكنها كما نعلم مدرسة .

ولقد عارضنا في هذا القرار .. عارضنا بهدوء وسكينة فلم نحظ بسوى الطرد . وقد قيل لنا ان هذه البلوزات قيمة ولا تليق الا بكريمات البشوات ونحن نعرف ان حكومتنا الحالية لا تناصر الامتياز فهل بنت الغنى أحسن من بنت الفقير ...

لا ... نحن جميعا فتيات نسير نحو هدف واحد هو العلم وخدمة الوطن وما دامت البنت قادرة على شراء الاقمشة على اختلاف أنواعها فلماذا لا يحق لها ان تلبسها وهي التي تبتدعها وتخرجها من يديها آية في الجمال بعد ان كان مجرد القماش لا ينظر له .. لماذا لماذا بحق الله ؟

بنت النيل : اتنا نعرض هذا الخطاب بنصه وكلماته على معالى الدكتور طه حسين بك ولا شك ان عدالة معاليه لا تسمح بهذا الاجحاف ...



## اخطاء لا تقى فيها

التقيد بما تفرضه التقاليد الاجتماعية علينا من نظم وقيود ، فتستهدفين لانتقاد من تزورين ! ..

... لا تكثري من سؤال صديقاتك عن نوع الملابس التي يرتدينها ، أو ثمنها ، ولا تقلدي احداهن في تفصيل ثوب من الاثواب . بل اعتمدي على ذوقك الخاص في اختيار ثوبك الجديد .. لتكون لك شخصية مستقلة .. ولا يرميك أحد بالغيرة ، أو التقليد ! ..

... لا تضحي براحتك في سبيل ( المودة ) .. فهذا الحذاء الضيق الذي تفضلين اقتنائه لانه من أحـد ( الموديلات ) سيضايقك ، ويضايق قدميك ، ويضرهما ضررا بليغا .. وهذا (الكورسيه) الضيق سيعوق حركة التنفس ، ويترك في جسمك آثاره ! ..

... لا تكثري من وضع المساحيق والاصباغ ، وليست العبرة في التزين بالقدر الذي تستعملينه ، ولكن العبرة بالطريقة التي تتبعينها .. ولا تنسى تأثير تلك المساحيق في بشرتك بعد سنوات ! ..

... لا تهمل الناحية الدينية في تربية أبنائك ، فالدين هو الدعامة الاولى للتربية ، ولا تكمل تربية الطفل الا اذا سلح بسلاح الفضائل الدينية ، فهي الوازع الذي ينهيه عن كل ما نريد أن ننهاء عنه .. ونحذره من اقترافه ! ..

... لا تحاولي التخلص من السمعة بالامتناع عن تناول الطعام ، فانك بذلك تعرضين نفسك لأمراض أخرى ، وفي إمكانك التقليل من وزنك ، والمحافظة على رشاقته ، بممارسة بعض التمرينات الرياضية التي تزيل أسباب السمعة ، وتكسبك في الوقت نفسه نشاطا ورشاقة ! ..

... لا تتكلفي في أسلوب من أساليب حياتك - تكلفا ينال من شخصيتك .. فالتكلف في أسلوب الحديث يفقده قيمته .. والتكلف في الابتسامه يفقدها جمالها .. والتكلف في السير ، أو في الجلوس الى المائدة ، أو الاشتراك في المجالس والمجتمعات ، عادة ممقوتة . كونى طبيعية في كل شيء ، ولا تحاولي التطبع بما ليس من طباعك ، وبذلك تكتسبين القلوب ! ..

... لا تسلفي آراء زوجك ، ولا تقابلي حديثه بالمعارضة العنيفة ، وخصوصا اذا كان الحديث على مسمع من الآخرين ، بل صيغي معارضتك ووجهة نظرك في صيغة ( اقتراح ) أو ( تعليق ) تعرضينه بروح مشبعة بالود وحسن التفاهم !

... لا تبجي لصديقاتك بكل ما يجري بينك وبين زوجك من مناقشات أو شئون يجب أن تبقى في طي الكتمان ، وقد تؤدي اذا عنتها الى مشاكل أنت في غنى عن اثارها ، حرصا على صفاء البيت .. فكوني على حذر من أن تتلقف أبنائك السنة الناس ! ..

... لا تسمحى لطفالك بمصاحبتك في الزيارات والحفلات ، فان الطفل لا يحب

اختارى «كاميليا» لتلك الايام الكثيرة ، فترجحك وتخفف عنك . ان فوط «كاميليا» معدة ناعمة لتظل ناعمة دون أن تسخن ولنكفل اعظم قدر من المتصاص وبذلك توفر وقاية كاملة . .

اشترى الشتاء  
تحملي في طياتها  
مشكلات شخصية  
للبيات !

Camelia  
كاميليا  
لصحة البيات  
قام بصنفا في إنجلترا :  
ST. ANDREW MILLS Co LONDON  
2  
٧٨٦١

## لهراقك الانفة

حقائب يد للسهر . قبعات  
حلى مبتكرة . اشاريح  
زهور صناعية

البا  
في محلات  
٧

٧٤٦١٤

٢٠ شارع فؤاد الاول



افطر  
هذا  
اللمعان

بفضل

براستو

السائل الممتاز لتلميع المعادن



وتمضى الحياة .. ويدرك  
الانسان ان الحياة كفاح ..  
وان الد أعدائه فيها هما  
الجوع والظلم .. انه يحارب  
كلاهما لينتصر ..

وتمضى زهرة العمر في  
الكفاح وتقبل أيام الجفاف  
حين تنتشر صفرة الذبول  
على صفحة العمر ...  
ويستغرق الانسان في هموم  
كثيفة .. لقد فقد حماس  
الشباب وعزم الرجولة وأمال  
الحياة وأصبحت حياته ..  
انتظارا للموت .. انه يعيش  
منتظرا الموت ..

ويقبل الموت والانسان في  
غمرة أحزانه ، فيحمل روحه  
ليعود بهتتا من حيث أتت  
ويترك جسده وأحزانه لاهله  
يلعقون مرارة الحرمان ...

هذه قصة الانسان كما  
يصورها رقص الهند ...  
قصة كل انسان منذ بدء  
الخليقة حتى اليوم .. أقدم  
قصة وأحدث قصة مثلت على  
مشرح الوجود ..



# قصة من ألهمت

## للاستاذ صلاح ذهني

ويتمتع بأولى نعم الوجود  
وهي الحركة ..

وتنمو الاطراف ويولد  
العقل فيمارس الانسان هذا  
العقل في الدرس .. ويلهو  
ناعما بأطرافه .. وتكون  
تلك مرحلته الثانية ..

ثم ..

ثم تدخل المرأة في حياته  
فيحس وجود قلبه حين يهفو  
الى تلك التي تريد لها الاقدار  
أن تخطر على مسرح وجوده ..

وتدخل مع المرأة شتى  
العواطف .. الصداقة ..

والغيرة والحزن والطيش  
والاتزان والبهجة والوجوم  
والجيرة .. وبينما تروح  
وتجىء هذه العواطف المختلفة  
تبقى المرأة حيث دخلت ...  
حتى نهاية القصة ..

بعضهم كسقراط  
وأفلاطون وأديسون يتوك  
اسمه وعنوانه فيها  
وبعضهم كالنبي الكريم  
محمد صلى الله عليه وسلم  
وكالسيد المسيح عليه السلام  
يعنون الصفحة نفسها  
ويضيف عليها ما يملأها روعة  
وجلالا ..

وبعضهم كعشرات  
الملايين يولد ويعيش ويموت  
وكأنه ، على صفحة الوجود ،  
ظل فراشة مر على حائط في  
ساعة الاصيل ..

والانسان دائما ، ومع  
ذلك ، هو الانسان ..

الانسان الذي يولد ويعيش  
ويموت ...

ما من انسان استطاع أن  
يفلت من هذا المقدور ...  
الميلاد والحياة والموت ..

وتعال بعد ذلك .. نرى  
هذه القصة .. أو هذا  
المقدور ، كما تراه حكمة  
الهند وكما تتخيله فلسفتها  
وكما يرويها رقصها ...

ان رقص الهند ليس عبثا  
يدغدغ غرائز النظارة في  
ملهى رخيص ... وليس  
ترفا يروض الجسد أو يرفه  
عن الحواس ...

ان رقص الهند عبادة  
عنيفة يصمت فيها اللسان  
وتنطق فيها المشاعر ويعبر  
فيها الكيان المادي عن أسمى  
ما تجيش به الروح

انه عبادة وابتهاال وحديث  
للروح والعقل يرويها الجسد  
هذه القصة التي ترويها  
رقصة هي قصة الانسان

انها تبدأ بمولده ..  
يولد الطفل وسرعان ما يحس  
وجوده ويدرك ادراك الطفل  
أنه يستطيع شيئا فيتحرك

هذه قصة ...

قصة لا ترويها الكلمات  
ولا تصور معانيها الجمل ...  
وانما تحكيها حركات الجسم  
وتصور معانيها قسما  
الوجه وتعبيراته

قصة الحياة في كل عصر  
وحين ، الحياة التي تبدأ  
بالميلاد وتنتهي بالموت ...  
وبين بدايتها ونهايتها يرسم  
الانسان على صفحة الوجود  
حظه المقسوم .. بعض الناس  
يمر بهذه الصفحة فلا يرسم  
حتى هذا الحظ .. وبعضهم  
يلغ من خطره أن تصطبغ  
الصفحة باللون الذي يضيفه  
عليها فيرسم فيها مالا تمحوه  
يد الزمان

## ريثولي



جولات  
من القطيفة المضلعة  
بأسعار تبدأ من ١٧٥  
قبعات تناسب ١١٠

## ريثولي

بيت الهدايا

القاهرة  
الاستاذة  
١١٨ شارع محمد زكي  
١١٨ شارع محمد زكي





## حول العالم بحرية ونصف

الكراسة والاعلانات التي يغطي دخلها تكاليف ورقها وكليشيتها وما إليها . لم تكن المسألة من السهولة بمكان ولكن ألم يقل المثل الفبرنسي : ( ان أردت استطعت ) ؟ هكذا وصلت الجماعة الى اخراج الكراسة الى حيز الوجود .

وولي الطوافون وجوهم شطر هيئة اليونسكو حيث استطاعوا أن يحصلوا منها على معاونتها الادبية وتوصيات لجميع فروعها في مختلف أنحاء العالم .

ولما لم يكن في جيب كل واحد من هؤلاء السبعة المغامرين أكثر من خمسة دولارات فقد فكروا في طريقة مدهشة للحصول على المال اللازم لهم . انها طريقة سهلة الا وهي بيع بطاقات بريد ( كارت بوستال ) حاملة صور أعضاء الرحلة والبلاد التي بدأوا منها رحلتهم .

ان المرحلة الاولى من هذه الجولة حول العالم قد أعدت الاعداد الكافي وبدأت في باريس وانتهت في القاهرة حيث أخذ أعضاءها يستعدون فيها للمرحلة الثانية والثالثة وهكذا الى أن يعودوا ثانية الى باريس ان قدرت لهم العودة .

خ . ص .

يدرسوا طريق رحلتهم ويعدوها الأعداد اللائق بها وبعد أخذ وعطاء بين الاعضاء وجدوا أن طوافهم سوف يقتضى منهم اجتياز ١٢٣٠٠٠ كيلومترا و ٥١٤ مدينة كبيرة و ٧٥ بلدا .

ثم اعترضت هذه الجماعة عقبة جديدة الا وهي وسيلة التفاهم مع القبائل المتوحشة ومع الشعوب التي لا تعرف اللغات التي يتكلمها أعضاء الجماعة، ولكن هذه الصعوبة زلت هي الاخرى فقد انتهز أعضاء الجماعة فرصة وجود السائحين من مختلف الامم في مدينة باريس وتمكنوا من أن يتعلموا منهم الكلمات الضرورية للتفاهم .

واتصلت الجماعة بعد ذلك بما يقرب من ألف وخمسمائة شخص من مختلف بلاد العالم بواسطة البريد لتستعالم منهم عن البلاد التي سبتزورها بالتفصيل . وبقي عليها بعد ذلك أن تطبع الكراسة التي تتضمن مبادئ هذه الجماعة والاهداف التي ترمى اليها كان عليها أن تجد المطبعة التي تقبل أن تطبع لها هذه

سيارة سيتروين تخترق شوارع الحي اللاتيني بباريس وقد وضعت على مقدمتها لوحة كتب عليها ( حول العالم بخمسة دولارات ) فعلت هذه الكلمات الاربع فعل السحر في نفوس طلبة جامعة باريس الذين هبوا يسألون صاحب المشروع وهو طالب مصري عن نصيب دعايته من الصحة

وفي أحد أقسام المدينة الجامعية بباريس اجتمع عدد كبير من الطلبة عند صاحب المشروع الاستاذ بهجت كريج الذي استطاع أن ينتخب من بينهم من يصلح للطواف حول العالم . ووزع العمل بالتساوي على من استقر الرأي عليهم فبدءوا يتصلون بصحف فرنسا وبلجيكا والسويد ومصر التي بذلت لهم المعونة كاملة وساهمت الاذاعة اللاسلكية ببروكسل ولوكسمبورج في هذا المشروع وأخذ عدد المشجعين يزداد شيئا فشيئا .

وكان على الطوافين بعد أن قاموا بالدعاية اللازمة أن

وما من انسان لم يمر بالمولد والطفولة الساذجة والصباء الدافئ والرجولة المشتعلة والكهولة الباردة .

هل استطاع انسان أن يهرب من مولده ؟ أو يمنع قلبه عن الخفقان أو يتجنب كفاح الحياة ؟

أغنى الاغنياء . . من ترك له أهله حقول الذهب وأكادس الجواهر ولد وعاش وخفق قلبه وكافح الحياة . وكذلك أقوى الاقوياء ما استطاع أن يفر من كفاح الحياة .

وكلاهما هزمته الحياة وأسلم لسيف القدر روحه في نهاية المرحلة . .

وتبقى بعد ذلك . . بعد القصة الراقصة . . حكمة الهند . . أو حكمة الوجود

الحكمة التي يدركها من يرى رقص الهند ويتفهمه . . هذه الرقصة التي روينا قصتها أو غيرها على حد سواء . .

اننا نمر على صفحة الوجود مافي ذلك شك . . نمر وما من واحد منا يبقى أو يخلد . . ولا العمل الصالح ولا العمل الطالح بمستطيع أحدهما أن يزيد ساعة واحدة في الاجل المقدور

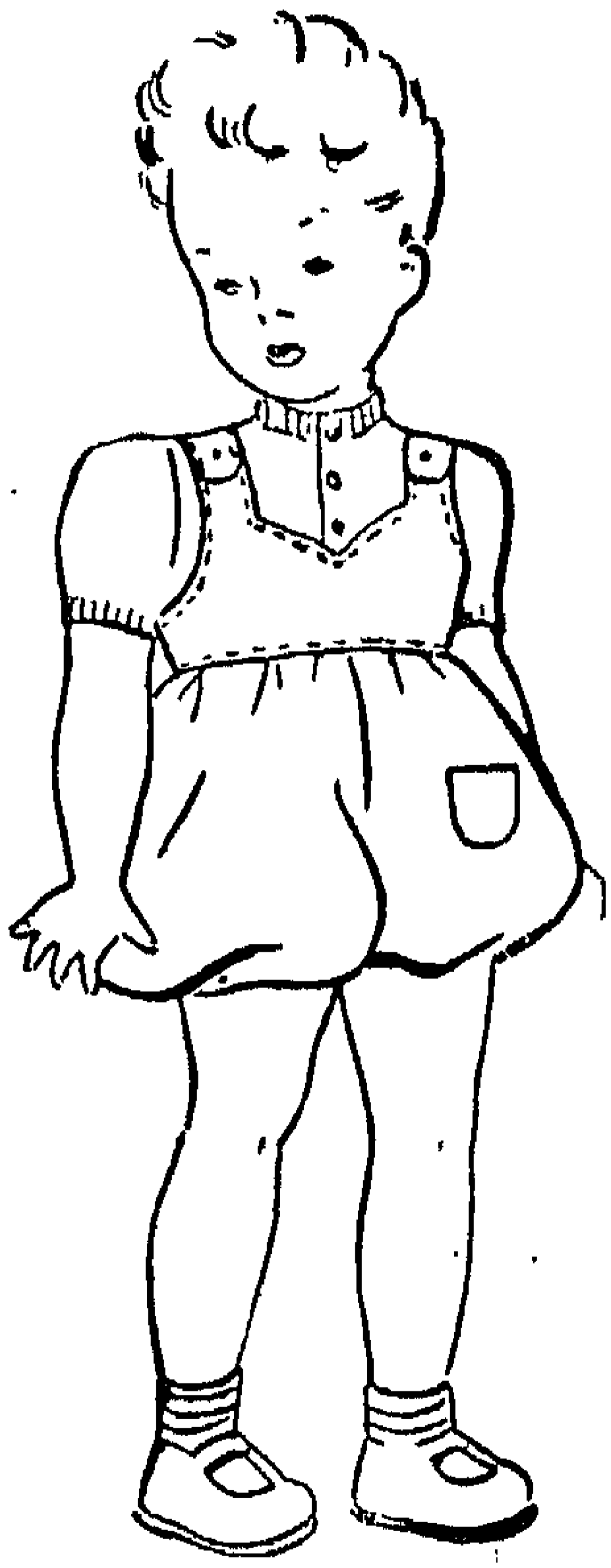
ذلك حق . . ولكن . . هل يستوى من يمر بالحياة كما يمر ظل قراشة على حائط في ساعة الاصيل ومن يمر بها فيترك اسمه وعنوانه . . أو يمر بها فيعنونها ويضفي عليها ما يملأها روعة وجلالا ؟

كل كائن يمر على صفحة الوجود كما يمر بها الانسان الخامل ولكن الانسان وحده الانسان الحق هو الذي يترك بها شيئا ويخلف في سطورها شيئا . .

ذلك هو الانسان . . الانسان كما تراه حكمة الهند . . وكما تصوره في رقصه . .



# خطوات الأولى نحو الحرية



ولكن !! هناك حقيقتان ..

الاولى : كل الاطفال بين الثانية والثالثة يمرون بهذه الازمة . فالطفل يتمرد على سلطة كانت قد فتحت له الباب على مصراعيه ثم ما لبثت أن شجرت في وجهه سلاح المنع وأرادت أن تحد من حريته .

انه لا يريد أية وصاية عليه بعد اليوم .

والثانية هي ان هذه الحقبة من الاضطراب ومن الكفاح لا غنى عنها لنمو عضلاته ولا تزانه وهي تؤثر تأثيرا كبيرا على سير حياته في المستقبل .

ولكى تمر الازمة بسلام ..

أولا : تزداد هذه الازمة اشتعالا كلما حاولت الضغط عليه وكبتت حريته . دعيه يجرى تجاربه في الحياة .

ولا تدعى أوانى الخزف والصيني في متناول يده .

ثانيا : ضعى تحت تصرفه أشياء مختلفة تصلح لان يلعب بها . ولا داعى لشراء لعبات غالية ومعقدة .

احضرى له بعض قطع الخشب ودوبارة ومكعبات خشبية وكتالوجات قديمة وبعض قطع القماش الخ ..

فانه سينصرف الى اللعب بها ويترك الصينى بعيدا عن أذاه

ثالثا : قدمى له بعض الاصدقاء ليلعب معهم . ولكن

لا تحاولى أن تنظمى لعبهم . لا تشرحى لهم كيف يمكنهم أن يلعبوا بحكمة وروية ونظام . انهم لا يستطيعون

أن يفهموا . وكل شئ مرهون بوقته . اتركهم وحدهم

واكتفى بمراقبتهم عن بعد . أتيحى لهم فرصة تغيير نوع ألعابهم .

رابعا : ولكن شبه الحرية هذه يجب أن تكون محكما

فوجد نفسه حين فجأة وقد كبتت حركاته وحيل بينه وبين قضاء حاجاته . ان هذا المنع وهذا الكبت ينميان فيه غريزة المقاتلة .

وعندما تعترضه صعوبة أو مضايقة من أى نوع يحاول الدفاع عن نفسه ويشور ويصرخ ويبكى . وهو يخطف لعب أقرانه ولكنه لا يلبث أن يتركها عندما يشعر بأنه انتصر .

وتصرخ أمه : ( ماذا صنعت ياربى لتعطينى مثل هذا الطفل المتعب ! ) أما الاب فيخفف عنها قائلا : ( أتركه فلسوف أؤدبه على طريقتى ! )

لقد كان منذ بضعة أشهر فى مهد الصغير أو مربوطا فى عربته منعزلا عن العالم الخارجى يلعب بدبه ويبطنه وحده فى سجنه الصغير .

وفى شهر واحد اجتاز هذا الحاجز المنيع وأخذ يجرى خلف أمه فى أنحاء المنزل . وما ان أحس بحريته فى العمل حتى أخذ يجرب قوته وحريته متحديا الصعاب المادية التى تعترضه . لقد سحب مفرش المائدة وكان عامرا بالصحن والوانى وأمسك بالمجبرة . . . فما كان من والديه الا أن حالا بينه وبين ذلك وأبعدا عنه كل ما هو قابل للكسر

## أكفل لأطفالك نموا طبيعيا وصحة جيدة ..



حركة دائمة فى هذه السن . ولكنهم يستنفدون قواهم .

اعطهم « سبعين سيز » لتكفل لهم

القوة اللازمة لنموهم المطرد .

ان هذا الزيت النقى غنى بمواده

الدهنية وبالفيتامينات التى

يحتاج اليها الاطفال بصفة

خاصة للبقاء فى صحة جيدة

فهو يكفل لهم النمو الطبيعى وصلابة العود .

زيت كبد الحوت : سقين سيز

طعام الفيتامينات  
الطبيعى البحرى  
الطازج

Seven Seas



يبلغ فى جميع الصيدليات :

سائل:	الزجاجة	٨ اوقية	١٦ قرشا
	الزجاجة	١٦ اوقية	٢٨ ١/٢ قرشا
كيسول:	الزجاجة	٢٥ كيسولة	٩ ١/٢ قرشا
	الزجاجة	٥٠ كيسولة	١٧ قرشا
مركز:	الزجاجة	اوقية	١٢ قرشا

للطفل لا تحاولى أن تحمييه من كل ألم . فان للحرية التى يريدونها مضار وفوائد خامسا : وفى هذه الحقبة يجب أن يعرف أنه ليس سيد الموقف . أطلبى منه اذن أن يبذل بعض المجهود كان يذهب الى فراشه دون أن يحتج وأن يأكل ما يقدم له وأن يضع لعباته فى مواضعها . لا تضعفى أمامه وكونى هادئة وتحكمى فى أعصابك أن أردت أن ينفذ أوامرك

سادسا : ان انفجر باكيا أو ثارت ثورته لسبب من الاسباب التافهة فلا تتأثرى ولا تصرخى فى وجهه . أتركى العاصفة تمر . لا تحاولى مراضاته .

سابعا : ان لم يفهم فهو فى سن الخامسة ان لوالديه سلطة عليه فانه لن يفهم ذلك أبدا . . . وهنا الطامة الكبرى !!



لا يبين لنا فضل الزواج

والواقع أننا أصبحنا في زمن لا يقبل فيه شباب الزواج من فتاة إلا إذا اختارها هو بنفسه . . لقد كانت الام أو الاخت فيما مضى هي التي تخطب لابنها أو أخيها . . فتدخل البيت وترى العروس ، ثم تصفها للشباب ، وتمتدح له جمالها قبل أن يراها هو . . وقد تروق العروس في نظر الام أو الاخت ، ولكنها لا تروق في نظر الشاب نفسه ! . . . ويروى لنا رجال الجيل الماضي كيف أنهم تزوجوا دون أن يروا زوجاتهم . . . فممنهم من لم ير عروسه إلا ساعة الزفاف . . مع ان الدين لا يحرم رؤية العريس عروسه . فيروى عن النبي الكريم - صلوات الله عليه وسلامه - أن زاره يوما أحد الصحابة الامجاد ، وأنبأه أنه ينتهي للزواج ، فسأله النبي الكريم : وهل رأيته ؟ فأجابه بأنه لم يرها بعد . . فقال له النبي : بل اذهب أولا لتراها !

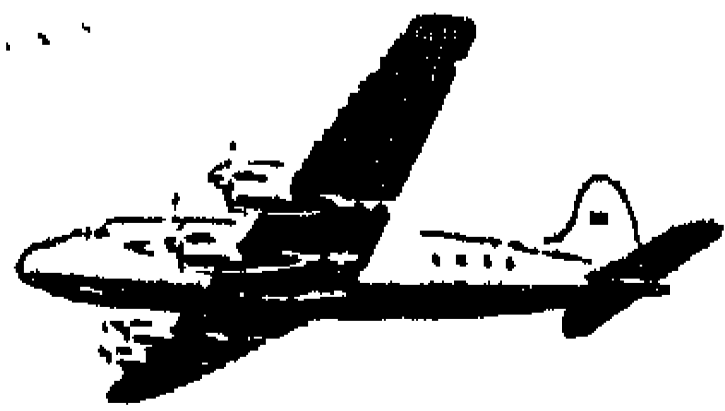
لقد كان الزواج فيما مضى

وأحب قبل أن أتحدث عن وسائل التعارف ، أن أفسر ما أقصده من كلمة (التعارف) لان الكثيرين يسيئون تفسيرها .. فليس التعارف معناه خروج الخطيبة وخطيبها كل يوم ، تغشى معه دور السينما واللهو ، وتصحبه الى كل مكان يذهب اليه .. انما التعارف الذى نقصده لا يتعدى ما رسمه الشرع الحنيف برؤية العريس عروسه فى بيتها .. وبين أهلها .. فيتحدث اليها ليتعرف ميولها .. واذا كانت هناك حفلات عائلية تقام لمناسبات مختلفة ، فلا مانع من أن يجتمع أفراد الاسرتين ، فهذا الاجتماع العائلى يتيح للكثيرين فرصة التعارف .. وأعرف شبانا تزوجوا من فتيات لا يمتون اليهن بصلة القربى ، وبعد زواجهم تذكروا ان من بين فتيات الاسرة من كانت تصلح للزواج ولكنه التفكك الذى أصاب الاسرة ...

ونحن إذ نحبس فكرة التعارف قبل الزواج ، نستطيع أن نشبه الفتاة بالدرة النقيصة التي يمتلكها الصائغ . . كيف يعرف صاحب الحاجة إليها طريقها ، إذا اختفت عن عينيه ، داخل

صندوق مغلق قد يكون هناك من هو فى حاجة الى هذا اللون من الجواهر بالذات ، ولكنه يجهل طريقها ، لانها بعيدة عن الاعين . . منزوية فى عقر لا تدركه الابصار ! أما اذا عرف هذا الصائغ كيف يعرض مجوهراته ، داخل سياج أمين ، يحميها من الايدي العابثة ، التى تفسد من جمالها ، وتعرضها للنهب والسلب ، فان ذا الحاجة سرعان ما يقبل على اقتنائها ، بعد ان رآها . . . وأعجب بها ! . . .

اذن لابد أن يقترن العرض بالحماية . . والرقابة ! . .



الطريق المجرية  
البريطانية

تَقَلَّ جَوَّارِضَانِكَ أَرْضًا  
فَتَوْفِرَ الْوَقْتُ وَتَخْفُضَ الْبُكَالِيْفُ

دع الطرق الجوية البريطانية تنقل وارداتك أو صادراتك من أو إلى  
الولايات المتحدة الأمريكية ، أوروبا ، أو أي مكان آخر في العالم .  
إنها تشحن جواً أي شيء ، ابتداءً من الامتعة الشخصية حتى الفيلة  
الصغيرة . اتصل تلفونياً ، أو اكتب للتزود بكافة الاستعلامات

استمع بكثير بالطرق الجوية البريطانية

# B·O·A·C

للاستعلامات اتصلوا بمركز محمد الزماكن التابع للطريق البحرية البريطانية، القاهرة شارع قصر النيل. تليفون ١٩٩٩٠/١٩٩٩٩، ١٥ سيدات سعد غزلول. تليفون ٢٤٣٧/٢٨٨١/أذ جميع وكالات إسبارة ١٩٧٤/١٩٩٩٠/١٩٩٩٩

BRITISH OVERSEAS AIRWAYS CORPORATION WITH O.E.A., S.A.A., T.E.A.L.





## للاستاذ لطفى الخولى

في هذه الصورة الانسانية بطلان :

امراة ورجل ..

المرأة بائعة فجعل ..

والرجل طه حسين .. نعم .. الدكتور طه حسين .

ولكن يمكننى أن أبدأ منذ  
ثماني سنوات خلت أو  
أكثر وكانت وقتها شابة  
جميلة فى الثامنة عشرة من  
عمرها فتنت ابن عمها مرسى  
الذى كان يعمل ساعيا فى  
وزارة المواصلات كما فتنت  
شيانا آخرين من أهل الحي  
وتقدم كثيرون لخطبتها  
ولكن والدها فضل مرسى  
وكانت هى راضية سعيدة  
بزواجها من ابن عمها لأنها  
تجبه .... تحب رجولته  
وطموحه ولم يدخل فى  
اعتبارها أبدا أن مرتبه كان  
لا يتعدى ثلاثة جنيهات ....  
أقصد ثلاثة جنيهات واثنى  
عشر مليما ونصف مليم إن  
شئنا الدقة .

وحين تزوج مرسى من ابنة  
عمه كان قد قضى فى خدمة  
الحكومة ما يقرب من خمس  
سنوات وفى كل يوم من

حياتها ومع ذلك لم يفعل  
بها مثل الذى فعله  
بالامس ....

أذكر مثلا آخر مرة رأيته  
فيها مرحلة ... كان ذلك  
عندما فاز المرشح الذى  
جاهدت لانتخابه لعضوية  
مجلس النواب فى الانتخابات  
الاخيرة فقد حوته يومها  
ببعض ( الزغاريد ) .

وأذكر أيضا أنها بدت  
ذات صباح مشرقة وكان  
ذلك حينما نجحت العملية  
الجراحية التى أجريت لاختها  
أم أحمد فى مستشفى القصر  
العينى وتقرر عودتها من  
جديد الى عملها كخادم بأحدى  
المدارس .

وهناك أيضا مرتان أخريان  
تخوننى الذاكرة هذه اللحظة  
عن ذكر أسبابهما وذلك لبعد  
زمن حدوثهما ..  
والحقيقة ان واقع حياة أم

صحيحا لواقع الحياة ..  
لماذا اذن كنت أفشل فى  
الكتابة عنها .. أنا لا أدري  
السبب بالضبط وان كنت  
أعزى نفسى بأن الموضوع لم  
يختبر بعد فى ذهنى اختمارا  
كاملا .. واليوم أحاول  
الكتابة للمرة السادسة وفى  
اعتقادى انى سأنجح ....  
سأنجح لان ثمة ظروف  
وحوادث قد جددت على حياة  
أم سيد مما جعل شخصيتها  
تتبلور فى رأسى تبلورا  
واضحا وترسم أمام قلمي  
خطا واضحا أستطيع أن أبدأ  
منه بسهولة ..  
\*\*\*

كنت بالامس أعبر شارع  
السد الى بيتى ومررت بمشنة  
أم سيد وكانت كعهدى بها  
قد حملت تلالا خضراء من  
الفجل والجرجير وقبعت هى  
وراءها مسندة رأسها الى  
حائط منزل قديم زينته كما  
هى عاداتها دائما ببعض صور  
نجوم السينما الجميلات  
التي انتزعها ابنها من الصحف  
القديمة ..

ولفت نظرى ان أم سيد  
كانت تبدو سعيدة مرحلة بل  
أكثر من ذلك انطلق صوتها  
— وأشهد أنه كان عذبا —  
يردد أغنية شعبية راقصة  
اللحن والكلمات .. وكان  
هذا طبعاً أمرا غير عادى  
لانى أعرف جيدا من هى أم  
سيد وأستطيع أن أعد على  
أصابع اليد الواحدة المرات  
التي طرق فيها المرح والسعادة



هذه السنوات الخمس ومن  
السنوات التالية كان يمنى  
نفسه وتتمنى معه زوجته أن  
لجان الانصاف التى شكلت  
فى الوزارة لبحث حالة  
السعاة قد أوشكت على  
الانتهاء من وضع تقريرها  
الذى ستطالب فيه برفع

سيد لا يعطيها الفرصة لتكون  
سعيدة مرحلة فأياها كانت  
ولا تزال مجموعة ضخمة من  
الالام والمآسى تعيش معها  
فى كفاح صامت عنيد من  
أجل لقمة العيش .  
ولا أستطيع الان أن أسرد  
كل تفاصيل حياة أم سيد

حاولت أكثر من مرة أن  
أكتب عن أم سيد ..  
كنت أجلس الى نفسى  
فأسطر بضع سطور على  
الورق وفجأة أتوقف لأقرأ  
ما كتبته فى صمت ثم أعيد  
قراءته بصوت مرتفع ثم  
أتوقف مرة أخرى وأظل  
أنظر الى السطور .. أحشر  
بينها كلمة جديدة ....  
أشطب أخرى .. أزيد حرفا  
أضيف علامة تعجب .. أبذر  
نقطة هنا ونقطتين هناك ثم  
أخذ فى القراءة من جديد  
وقبيل أن أنتهى تمتد يدي  
فتمزق الورقة ببطء وتثاقل  
كررت هذه المحاولة

خمس مرات وفى كل مرة  
كنت أصل الى نفس النتيجة  
بضع سطور على ورقة ممزقة  
وكانت النتيجة تؤلمنى  
كثيرا .. تؤلمنى لان أم سيد  
شخصية محبوبة جدا فى  
حيننا الشعبى .. حى السيدة  
زينب .. بل هى الآن احدى  
معالم الشهيرة تماما كضريح  
أم هاشم والقصر العينى  
والمديح ومدرسة السنية .  
وكثيرا ما تصل الى بعض  
أبناء الحي خطابات معنونة  
كالآتى :

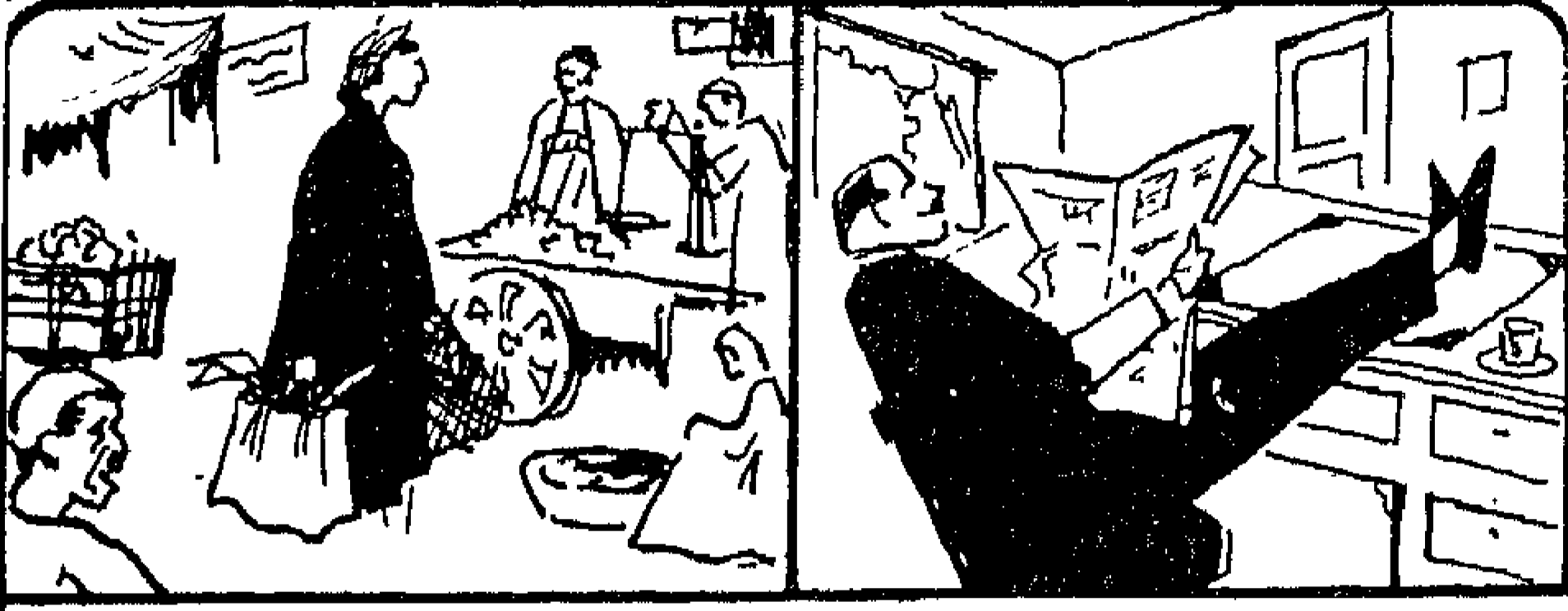
( فلان ....

المقيم بالمنزل رقم .. بجوار  
شقة أم سيد ) .

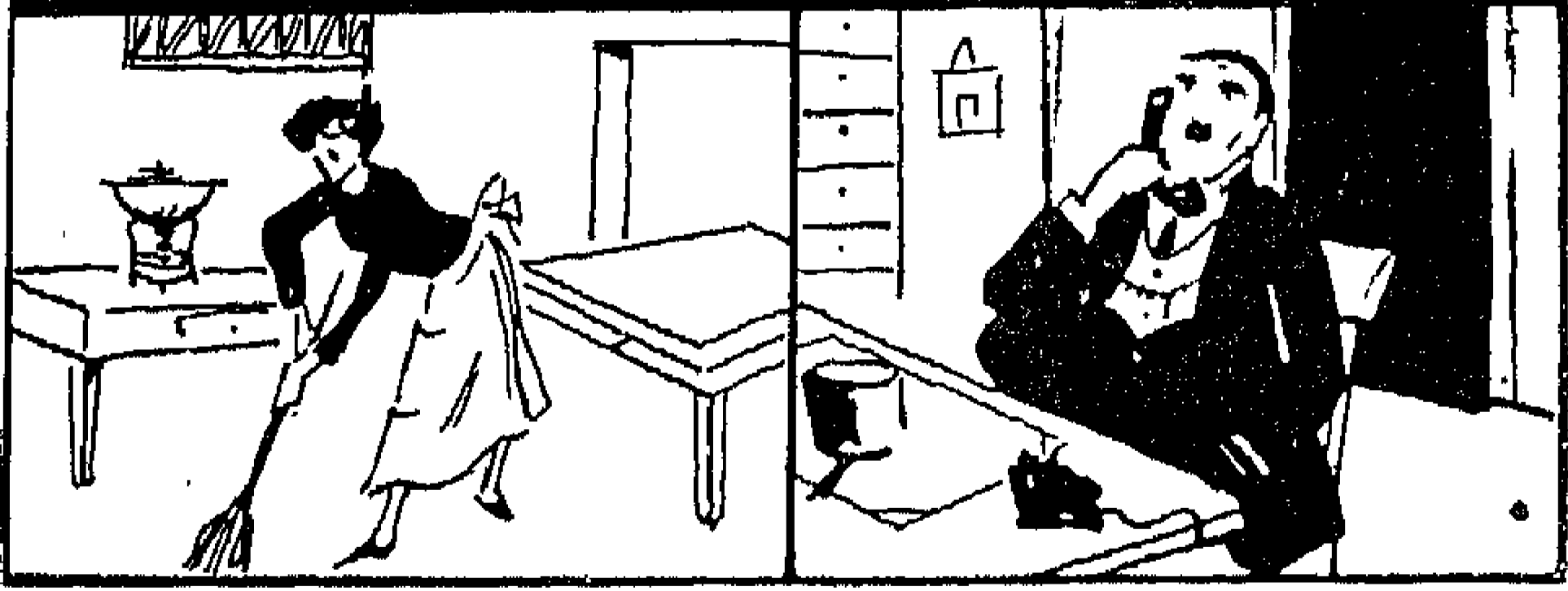
ولقد عرفت أم سيد منذ  
أكثر من سنتين وعرفت  
منها قصة حياة تفيض نبلا  
وانسانية وكفاحا لا يلين فى  
سبيل لقمة العيش وفهما



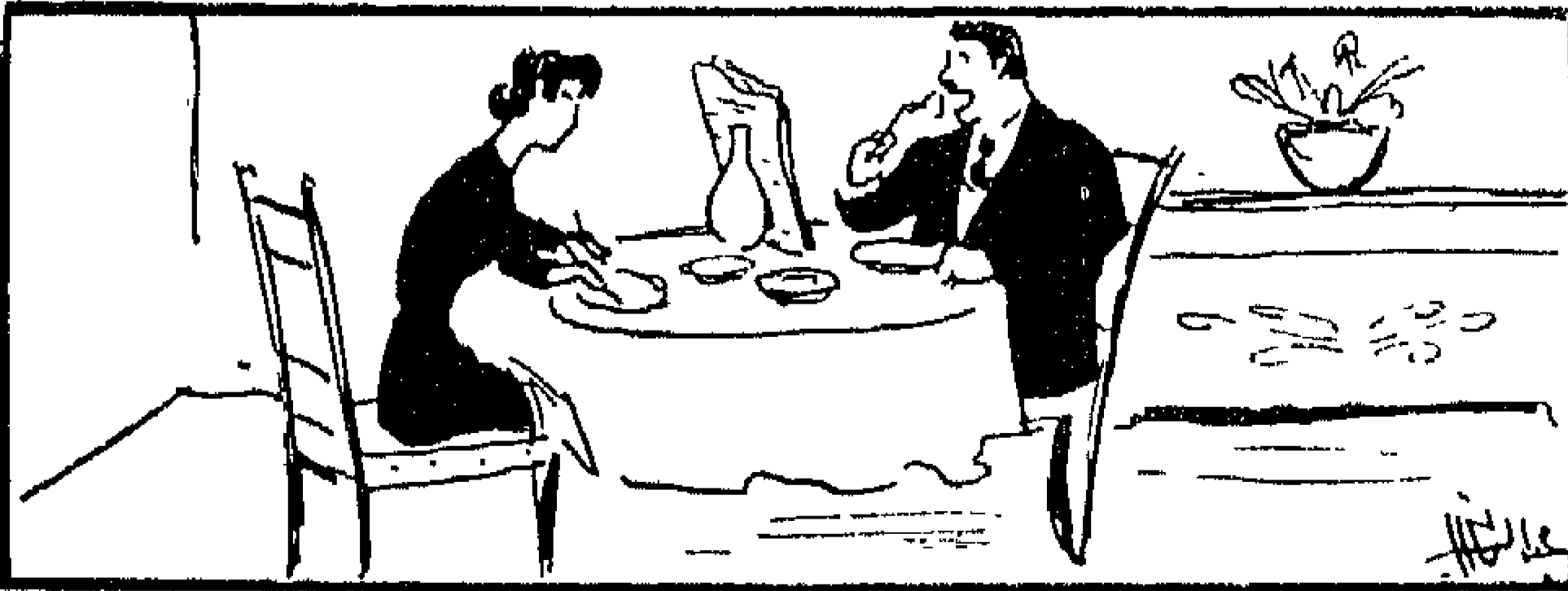
# الحياة كفاتح



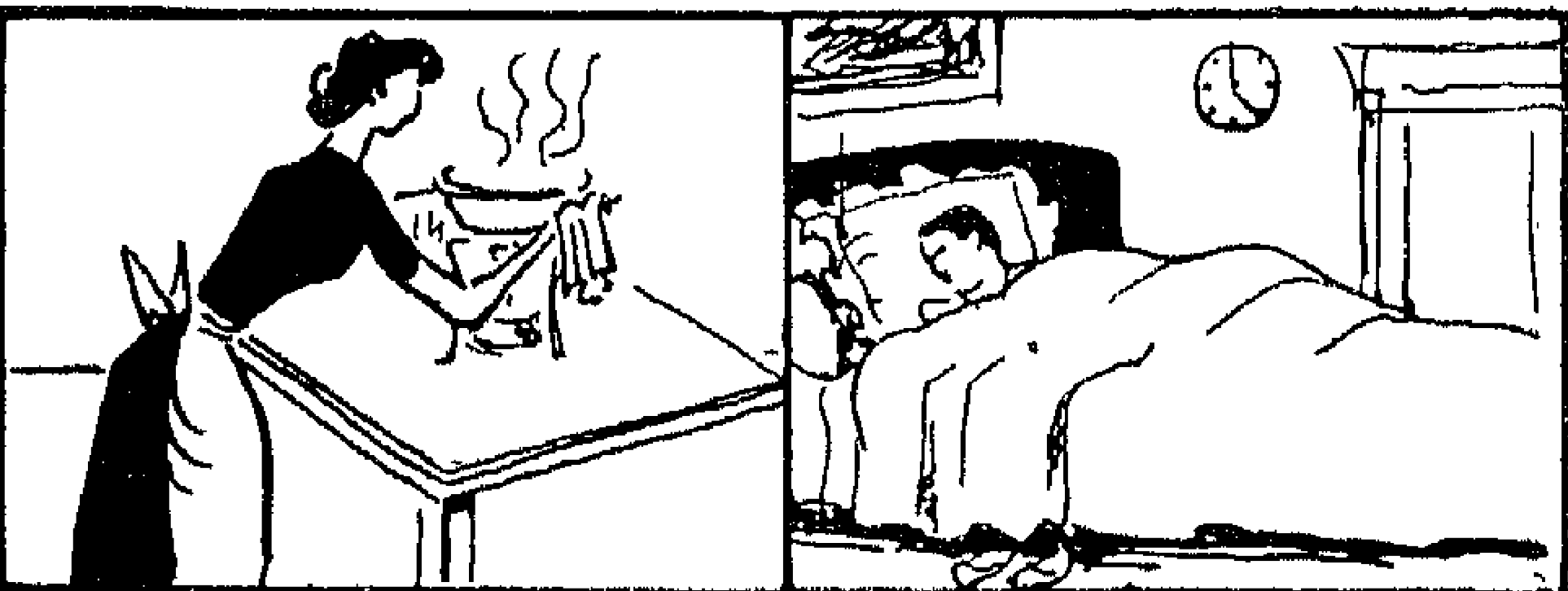
البيه .. فت البطل .... والست .. فت البطل ....



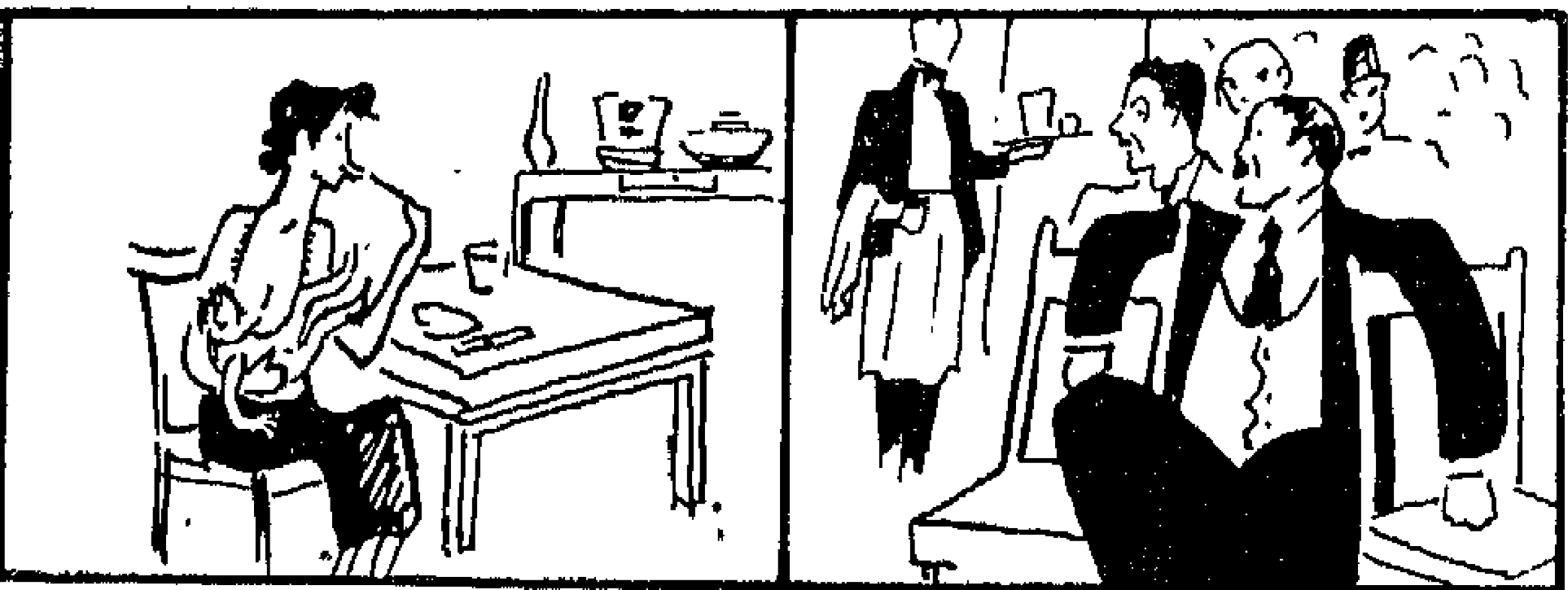
تليفونات .... ومواعير .... ومقشات ... ورا بورتغلات ...



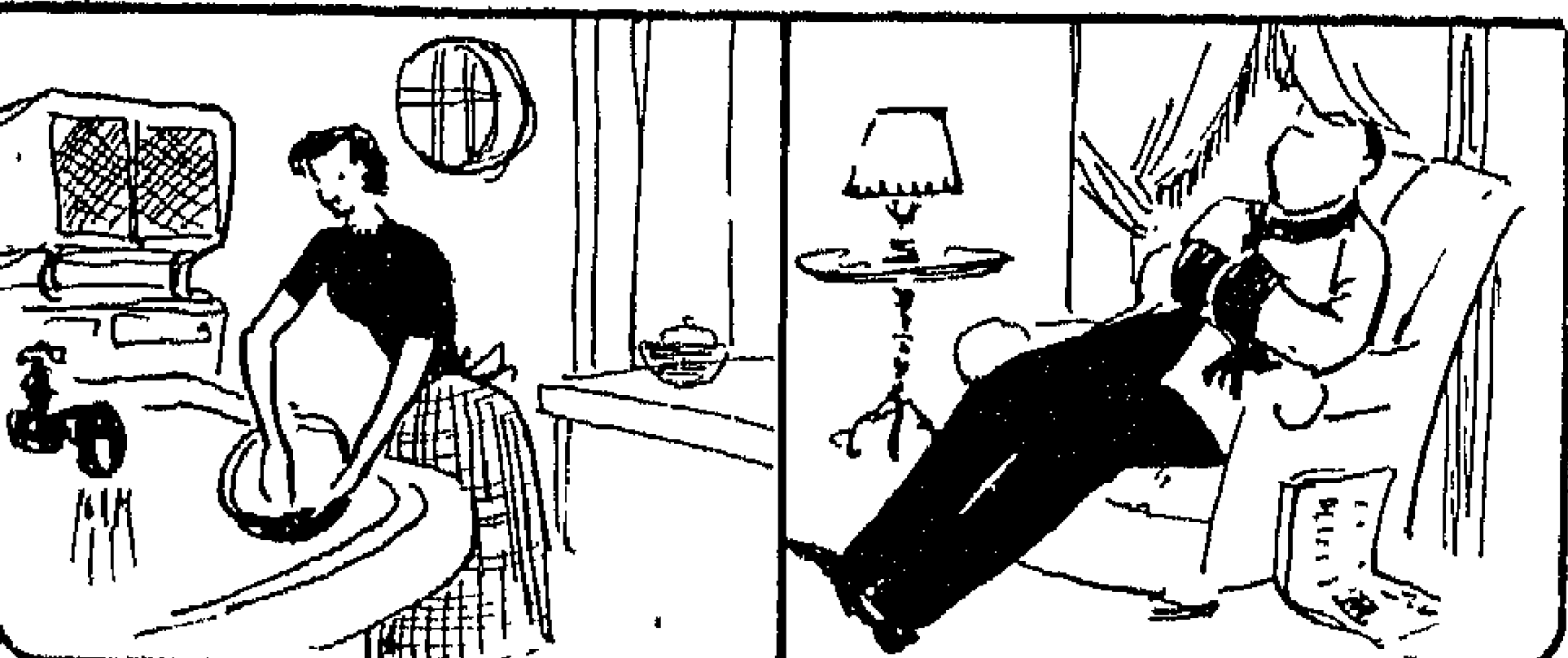
ساعة الغذاء



تسيل .... المطبخ .... ايضا ....



البيد ... يلى ... الست ... مع الطفل ...



الراصة ... من غناء الراصة .... مسرة .... فى المطبخ ....

يدبر من الطرق غير البريئة  
أكثر من جنبيهن كانا يرفعان  
قيمة الميزانية الفعلية الى  
خمس جنيهاً وهى على كل  
حال قيمة تتطلب من واضعها  
قدرا غير يسير من الخبرة  
والدراسة والتجربة والايمان  
بسياسة الشد على البطون  
ويبدو ان ذلك كان متوافرا  
لدرجة كبيرة فى كل من  
مرسى وزوجته بدليل انهما  
عاشا مع ابنهما خلال هذه  
السنوات الماضية .. حقيقة  
لم يعيشوا يوما كآدميين  
فى عالم آدمى .. لكنهم عاشوا  
وكفى ...

\*\*\*

وكان أمر سيد يشغل  
بال أبيه وأمه كثيرا .. كانا  
يشعران كلما فكرا فى  
مستقبله بمسئولية عميقة  
تهز كيانهما هز عنيفا  
وطالما تساءلا بوعى واصرار  
عما سيكون عليه سيد فى  
الغد .. على أى طريق  
سيسير .. فى أى مركز  
اجتماعى سيضع قدميه ..  
هل سيخطو على نفس الطريق  
الذى آدمى قدمى أبيه ليصل  
فى النهاية الى نفس المركز  
ساع باحدى الوزارات ! ..

كان مرسى يرفض ان  
يتصور هذه النهاية لابنه  
كان يعتبرها جريمة ويتهم  
نفسه بارتكابها ضد فلذة  
كبده وحين كان يعتصر رأسه  
مفكرا كان يرى ان السبيل  
الوحيد لمنع وقوع هذه  
الجريمة هو ان يعرق أن يكذب  
أن يحرم نفسه من بعض  
ضروريات الحياة ليستطيع  
أن يشتري لابنه مكانا فى  
سوق العلم وبهذا يمكن  
لسيد أن يتبلور فى مستقبل  
الايام عن شئ .. شئ آخر  
غير ساع باحدى الوزارات ..

وعرق مرسى وكذب وحرم  
نفسه كثيرا ...

وما كاد سيد يبلغ  
الخامسة من عمره حتى كان

البقية ص ٥٢

المرتبات وزيادة العلاوات ..

لقد ظل المسكين يعيش  
على هذا الامل سنوات طويلة  
وفى آخر أيام حياته كان  
هذا الامل قد تطور الى وضع  
جديد يؤكد ان اللجنة قد  
وضعت التقرير بالفعل وانه  
يتربع على مكتب معالى الوزير  
فى انتظار التوقيع الكريم ..

وذهب مرسى .. ذهب  
وترك زملاءه يعيشون على  
نفس الامل الذى لا زال  
يتطور من حالة الى أخرى دون  
أن يعدو عالم الخيال  
والاوهام الى الحقيقة الواقعة

وهكذا كانت هذه  
الجنيهاً الثلاثة والاثني  
عشر مليما ونصف المليم هى  
الميزانية الرسمية لاسرة  
مرسى طوال حياته ..  
وكانت هذه الاسرة مكونة  
منه ومن زوجته وابنتها سيد  
الذى ولد بعد عام واحد من  
الزواج ..

وكان المفروض طبعا فى  
هذه الميزانية أنها تكفل  
اشباع جميع حاجيات الاسرة  
من مسكن وملبس وطعام  
وشراب وغيره من لوازم  
الادمييين .. ولا أريد هنا أن  
أقول ان مرسى كان يلجأ فى  
بعض الاحوال الى طرق غير  
بريئة فى نظر القانون ليدبر  
منها بعض مال تافه يعاونه  
على مواجهة مطالب الحياة  
المسعورة ..

نعم ... لا أريد أن  
أقول ذلك صراحة فهذا شئ  
يمكن تصويره بوضوح فى  
مجتمع يضم أناسا كل دخلهم  
الشهرى ثلاثة جنيهاً ونصف  
واثنى عشر مليما ونصف  
المليم ..

ومهما يكن من أمر فان أم  
سيد تؤكد ان مركز مرسى  
كساع صغير بوزارة  
المواصلات لم يكن يسمح له  
فى أحسن الظروف أن



# من قاضية فرنسية

الى شقيقاتي المصريات

قالت لي روائية تركية معروفة من المتحمسات للحركة النسائية « في بلادنا عدد كبير من النساء وصلن الى وظيفة وكيلات نيابة » . كان ذلك في عام ١٩٣٩ .

ولم أكن أتوقع أبدا أنني سأتولى أنا نفسى هذه الوظيفة الخطيرة بعد ذلك الحديث ببضع سنوات . وفي عام ١٩٤٦ حدث ما لم أكن أنوقعه حينما عينت وكالة نيابة في إحدى محاكم الاقاليم . واني فخورة بأني أول سيدة فرنسية قامت بكتابة عريضة اتهام .

ولسوف يدعى الرجعيون ان هذه الوظيفة لا تتفق وطبيعة المرأة . وهذا حق ان نظرنا الى المسألة من إحدى زواياها . أما في الواقع فان مهمتنا كوكيلات نيابة تقتضي منا الدفاع عن الضحايا وعلى الاخص الدفاع عن المجتمع . لقد كنت محامية **الجمهور** وهولقب يطلقونه في باريس على وكلاء النيابة في قاعة الجلسة . واعلمى يا سيدتي أن هذه الوظيفة مليئة بالصعاب وخاصة في مقاطعة نورماندي حيث تسلمت لأول مرة مهام منصبى وحيث أهل هذه المقاطعة كثيرون الشغب مما يضطرني الى منازلة المتهمين والشهود والمحامين .

ورقيت بعد ذلك فأصبحت قاضى احالة وهو منصب على جانب عظيم من الخطورة ، فان امضائى كاف لارسال المتهم الى السجن ، ولم أكن أستعمل هذا الامضاء الا بعد أن أقتل القضية بحثا وتمحيصا . ولكن أخطر مسئولية وكلت الى عند ما عينت ممثلة للحكومة لدى المحاكم وكانت مهمتى فحص طلبات العفو المقدمة من المحكوم عليهم . انها مهمة ثقيلة على النفس تتطلب من صاحبها أن يكون عادلا لا يتأثر بأى عامل عاطفى مهما كان ، وهى تتطلب منه عملا مضنيا وبحث ملفات القضايا التى تقدم له بحثا طويلا .

أما الآن فاني أقوم بعمل أسهل نسبيا . فأنا قاضية أنصل فى المشاكل المدنية وخاصة قضايا الطلاق التى يزيد عددها على غيرها من القضايا . لقد كنت أول امرأة تعين فى سلك القضاء ولكن ما لبثت أن تبعتنى عدد كبير من زميلاتي . انهن يتزايدن على مر الايام واني لا أعرف عددهن بالتمام على أنى أعتقد أننا قاربنا على المائة . انها نتيجة مدهشة وصلنا اليها بعد أربع سنوات .

ها قد سقطت قلعة القضاء التى دافع عنها الرجعيون دفاع المستميت وهو أكبر نصر حصلت عليه المرأة الجديدة فى كفاحها المبرر كى تتساوى بالرجل .

ريموند لوففر

قاضية فى محكمة تور ( فرنسا )

# فتاة نجل

ترتفع بعد الى هذا الحد من الارتفاع . وكأنما عقلها قد سبق خصالها الاجتماعية وخلفها بعيدة فى مضمار الاختلاط بالناس . وكان من نتائج هذا الاختلاف أن نشأ فى نفسها نشوز وازدواج . دافع يدفعها الى التزود من القراءة والتعمق فى البحث . ودافع ثان يدفعها أن تختلط .

بالناس وان تجتمع بهم . ولكن سرعان ما تشعر بالفرق الشاسع بين السبيلين . السبيل الاول مريح ، تطمئن اليه نفسها ، لانها سلكته منذ زمن لاتعيبه والسبيل الثانى غير مريح على الاطلاق لا تطمئن اليه نفسها لكثرة المصادمات الوعرة التى لم تتعود عليها ، وتختار صاحبتنا بطبيعتها أهون السبيلين ، وهو سبيل الهروب والعزلة . ويزداد انطوائها ، فى الوقت الذى يخلق ذكاؤها المفرط المعاذير والمبررات العقلية لتفسر سلوكها الهروبى .

انها ولا شك من الصفات المستحبة ، أن يتحلى المرء بصفات الهدوء والرزانة . ولكن هدوء صاحبتنا ورزانتها بعيدان كل البعد عن الطبيعة الخالصة . وهما أقرب من الاصطناع والافتعال ، أو قل لم يكن لها اختيار فى هذا السلوك ، لان وراء هذه الرقة المصطنعة نوعا من الزرد والخنوع . بل ان هذه الرقة لم تكن نفسها الا ستارا تخفى وراءه خنوعا وترددا . ولما نظرت اليها خبت انى أنظر فى أعماق نفسها ، وبدأت لي صفحة عتلتها من الوضوح بحيث لمست موطن الداء . كانت حالتها حالة فتاة لا تطمئن الى نفسها ، ولا تثق فى

كنت فى حديقة النادى عندما شاهدتها للمرة الاولى فقد عرفنى بها أحد الاصدقاء بقوله : الانسة ا . . ( وذكر اسمها ) ثم أردف : وهى قارئة نهمة لكل ما تخرجه المطابع ، ويسرها جدا أن تتباحث معك فى بعض الموضوعات الفلسفية والعلمية العويصة ) . .

وكانما سرها هذا التقديم فابتسمت وعلا وجهها حمرة الخجل والتردد . وعندما شاهدتها للمرة الاولى ، لم أكن أدري شيئا من الصعاب والازمات التى كانت تجتازها . ولكنى افترضت لأول وهلة أن ثمة مشكلة أساسية تعاني منها وتصارعها بكل ما أوتيت من قوة وشباب ، ولكنها تصرعها فى نهاية الامر ، فيزيد انطوائها أضعافا على أضعاف وتكل من الكفاح وتيأس من حالها .

وزاد فى اقتناعى بوجود هذه المشكلة فى نفسها ما رأيته مرتسما من شعور عميق على قسما وجهها . فلم تكن صاحبتنا من الشباب اللاهى المازح الذى يثير ضجة وصخب أينما حل وارتحل ، وانما تميزت عنهم برصانتها وهدوئها العجيبين رصانة وهدوء ربما خرجا عن حد المألوف كانت صاحبتنا تبلغ من العمر الثالثة والعشرين ، ولكنك اذا جالسيتها وجاذبتها أطراف الحديث ، خيل اليك أنك تجالس شخصا جاوز الثلاثين بل قل الخمسين ، لسعة اطلاعها وحنكاتها فى التلطف أثناء الحديث تلطفا غير مألوف . كان عمرها العقلى يفوق المتوسط بكثير . ولكن حياتها الوجدانية لم



قدرتها . وهى حالة شائعة يقابلها المحلل النفسى فى عيادته . ولكنها رغم شيوعها وبساطتها ، يترهم الافراد الذين يعانون مرارتها بأنهم وحيدون فى مشكلتهم وان حالتهم فذة وفريدة لم يبلغها من قبلهم أحد .

ولست أذكر تماما كيف تطور بنا الحديث ، ووصل الى الكلام عن الخجل والخجولين فصممت الفتاة طويلا . وفهمت ما يعتمل فى طيات نفسها من مشاعر ، ولست أشك فى أنها كانت تعاني حالة من التشتت قبل أن تفضى الى بمكنون سرها ومشكلتها . ولست أشك قط فى أنها ظلت موزعة الخاطر بين دافعين . دافع يدفع بها الى التقدم ، ودافع يدفع بها الى التقهقر . بل ان من المؤكد ان حديثا مثل هذا الحديث قد دار فى نفسها . وهو حديث بين الفتاة الناضجة المكتملة عقلا ، وبين الطفلة المترددة التى تنقمصها . فتقول الفتاة الناضجة : ( نعم انها فرصة يجب أن أستغلها لافضى اليه بما يشوب حياتى من ضيق واعناء . وربما كانت فرصة لا تعوض . ماذا سوف أخسر على أسوأ الفروض ؟ لا شئ قط . . . ) فتد على الطفلة التى فى نفسها : ( لا وكيف أطلعه على خفية أمرى وأنا لا أعرفه معرفة وثيقة حقا لقد سمعت عنه البعض ، وهم يتكلمون عنه حديث الواصلين منه ومن اخلاصه ، لقد قرأت له بنفسى مقاليتين عن الخجل وفقدان الثقة ، وارتحت الى ما فيهما من معلومات . . . ولكن حالتى ليست من الخطورة بمكان .

وهى أهون من أن أقضى وقتا عنده طال أو قصر . فلن أتغير ، لاني ولدت كذلك ، وسأظل كذلك فتد عليها الناضجة : ( ويحك . . بل يجب أن أتقدم . ان الفرصة بين يدي . وفى وسعنى أن أحرر نفسى ، وأجد لحياتى هدفا ومعنى . . )

وتكررت مقابلاتى لها . وكنت أتبسط معها فى الحديث ، وأقص عليها قصصا طريفة من مشاكل أصدقائى . ونتكلم طويلا عن الحلول التى يرضونها لانفسهم . وكنت لا أسمى أحدا باسمه ولا أدل عليه بمكان عمله . كما كنت أتعمد أحيانا توجيه بعض الاسئلة والاستفهامات وأتربح اجابتها عنها .

كانت هذه الفتاة الخجول طيبة القلب ، رحيمة الفؤاد تتوق الى فعل الخير ، ولكنها لا تستطيع لان وجدانها لم ينضج النضوج الكافى . كانت رغبته فى فعل الخير لا تخرج عن نزعة فى نفسها ربما خلفتها لها التعاليم الدينية . ولكنها لم تكن بأية حال ناتجة عن اقتناع أكيد بأنها الطريقة المثلى فى الحياة . لذلك كانت عقائدها مزعجة . بل أن رأسها كان مليئا بأراء خاطئة ازاء الحياة والمجتمع من هذه الراء ، ذلك الاعتقاد الجائر الذى تدين به ، والذى حتما لم تمارسه - وانما رأته يمسها أكثر من سواها - ذلك الاعتقاد الجائر بأن من له عقيدة كهذه لا بد أن يخشى أن يكون نقى السريرة ، طيب الفؤاد ، رحيم القلب . وعلى الاختصار كان عقلها مشبعاً بأفكار التردد والخوف . وكانت

تتفنن فى احاطة نفسها بوسائل وقائية زائفة تحميها من سطوة الآخرين المزعومة وتقيها من شرور بطشهم . وكثيرا ما كان هذا الموقف دافعا لها للكذب الوقائى والكذب التبريرى . وليت الامر اقتصر على هذه الناحية الهروبية الزائفة وانما أصبحت حياتها تدور فى حلقة مفرغة . وكل فشل يقودها الى فشل آخر . بل أكثر من ذلك . لان ضميرها الحساس كان يؤنبها فى كل مرة تعمد فيها الى اتخاذ وسيلة هروبية . وكان من نتيجة هذه المحاسبة الدقيقة أن أمثلتها شعور بالاثم خيم على نفسها وزادها ترددا وحسابا وكان بيننا سكون طويل ، فكرت فيه بنفسي على أساس أن معتقداتها ازاء الحياة خاطئة . وان خطأها الاكبر انها لا تثق فى الآخرين ولا فى نفسها . وان انعدام هذه الثقة المتبادلة هو سبب الانطواء الذى تعاني منه .

وتكشفت نفسها للتهوية التى تنقى وتنظف ، واذا بها تتكلم كلاما طليقا ربما لم تكلم به أحدا من قبل . وتمعن فى الحديث تقص من الحوادث ما يبين سوء تصرفها فى الماضى . واقتنعت بأن التجدد ممكن لمن أراد أن يفهم الماضى ليستضى به فى حياة المستقبل . وعرفت حقائق كثيرة . ان الخجل يختلف عن الجفاء ، لان الاول هو تردد طبيعى . أما الثانى فهو مصطنع و ( مقصود ) به من العقل الباطن ، لان الخجل نوع من الانانية المتخفية يصطنعها الفرد لكى لا يضطر الى عرض مساوئه ونقائصه وهو يتسبب فى بادية الامر من خشية الخطأ أو خشية الوقوع فيه على الاصح . ويستوطن النفس كلما زاد التردد . ولا يشفى الا اذا عدل الفرد عن نظرتة هذه ، وأصبح لا يخشى حكم الغير على أفعاله ولا يخشى الوقوع فى الخطأ .

سمير وهبى



”خبرنى

يادكتور ..

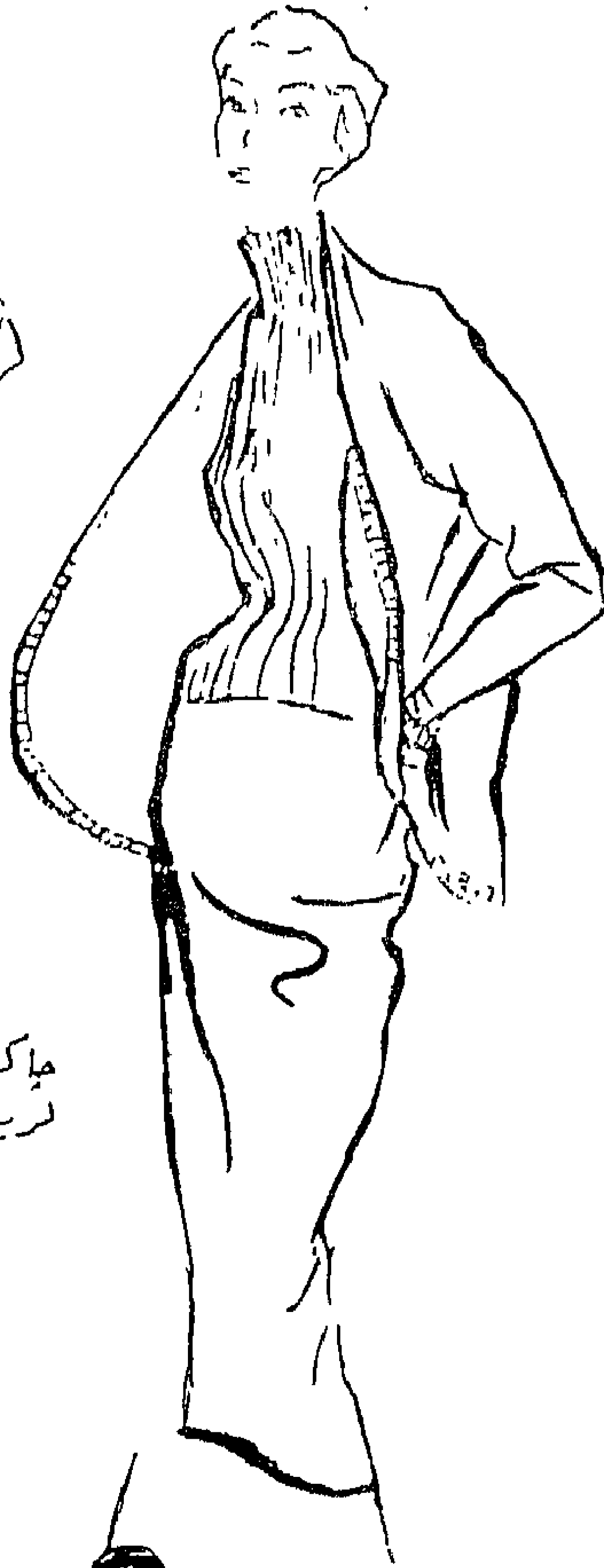
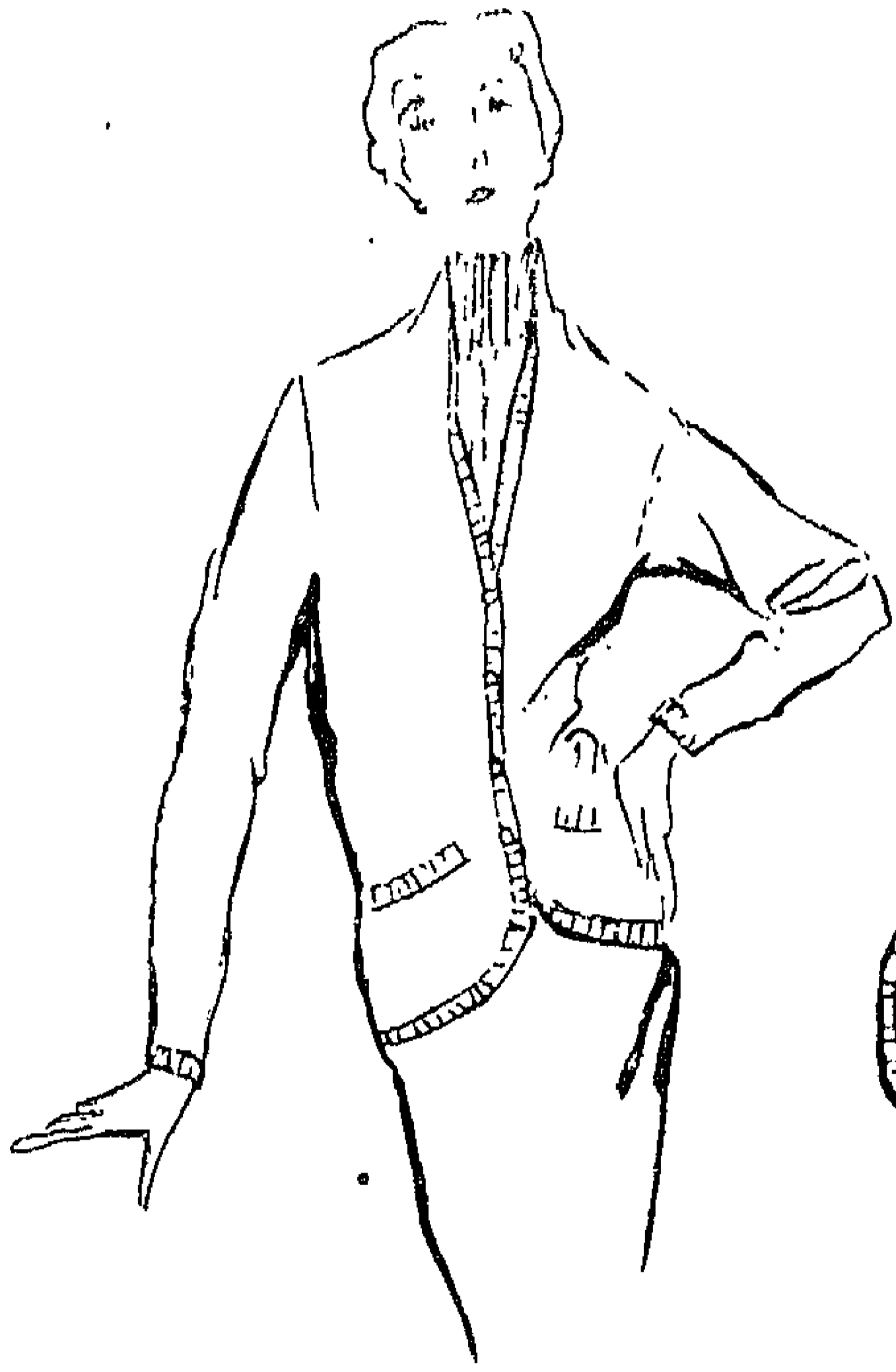
هل من المأمون وضع المظهر فوذا على الجرح  
ف حالات الحوادث ؟

ان الحالات المفاجئة تطلب منك استعمال مظهر سريع فلا تردد أو تخشى خطورة أو مضايقة . أنت فى حاجة الى مبدل للملابس تعتمد عليه ، بشرط ألا يكون ساما أو ملوثا . وأن يكون لطيفا على الانسجة البشرية ويحتق النظافة وشفاء الجروح بسرعة . أنت فى حاجة الى المظهر الدينى .

ديتول

المظهر العصري

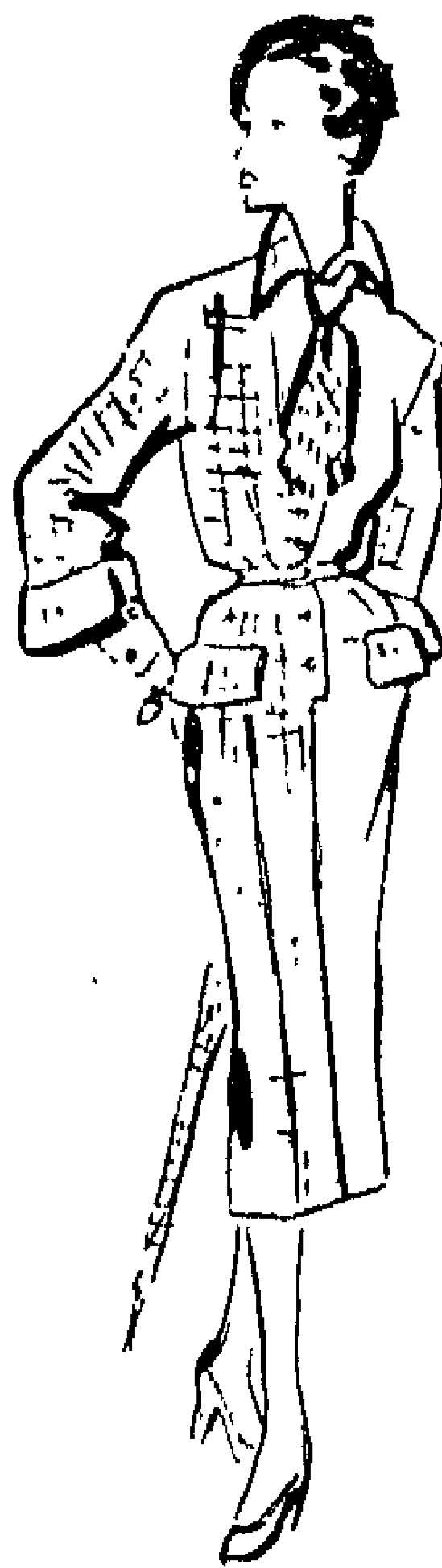
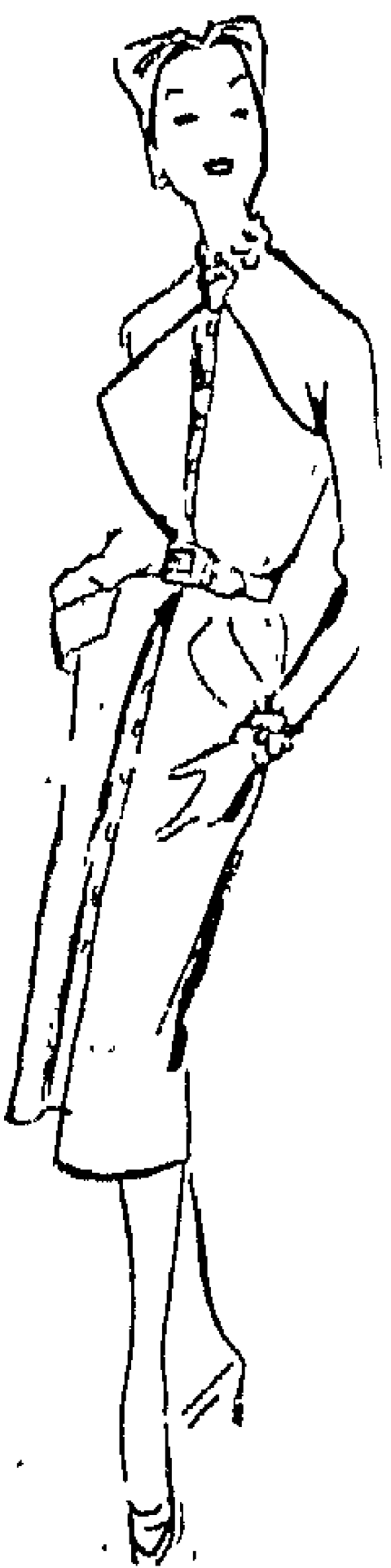




هاكيت جرسية  
لرنييه كولا

# أنطايك شهر

مع الصوف يزر من  
أعلى الى أسفل  
لماجي زوف



من الكريب البني  
لشارل مونتني

من الجرسية الرمادي  
لجالت جريف

من القادسية المتعددة  
اللون لمارلين ريني

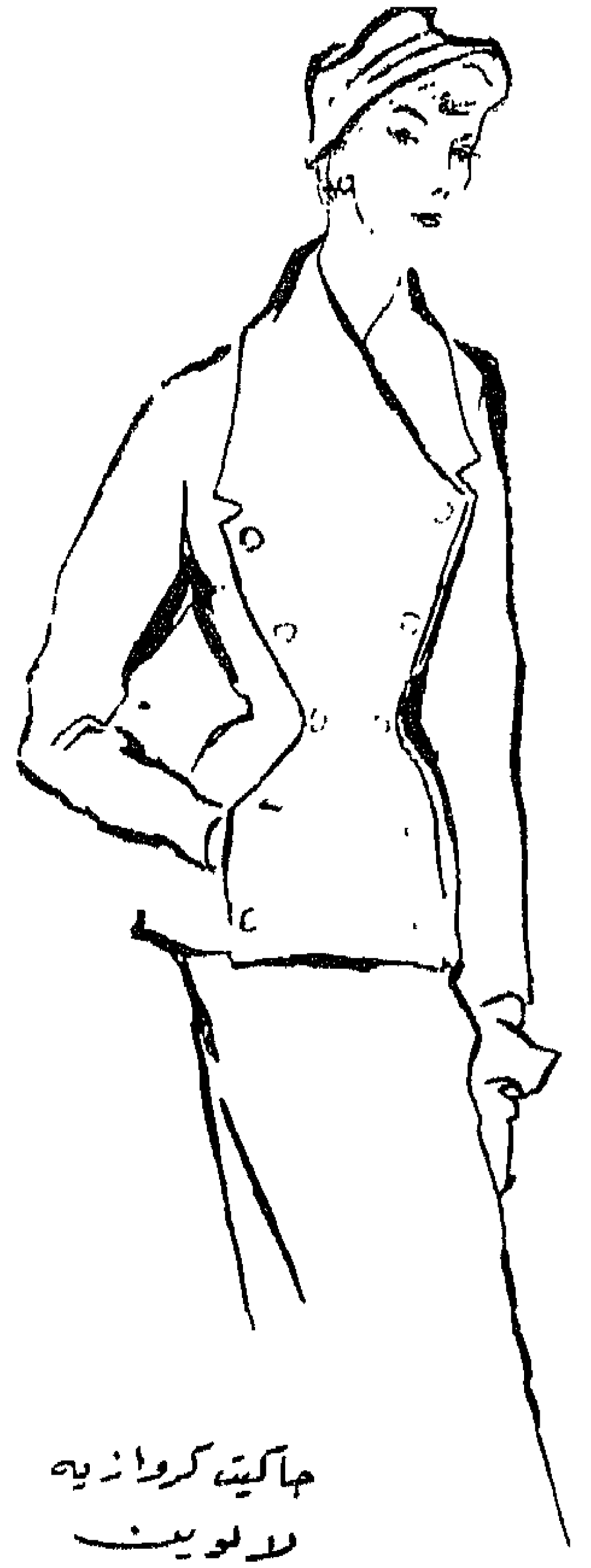




فسان وكرافات  
من المولييه الاسود

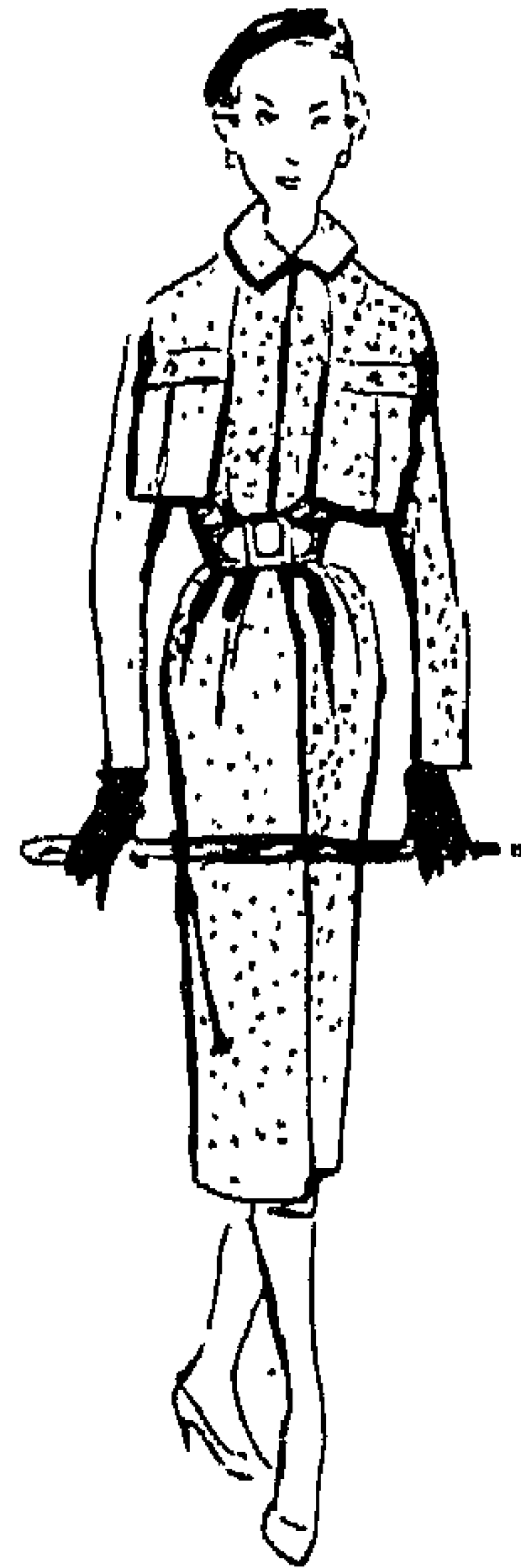
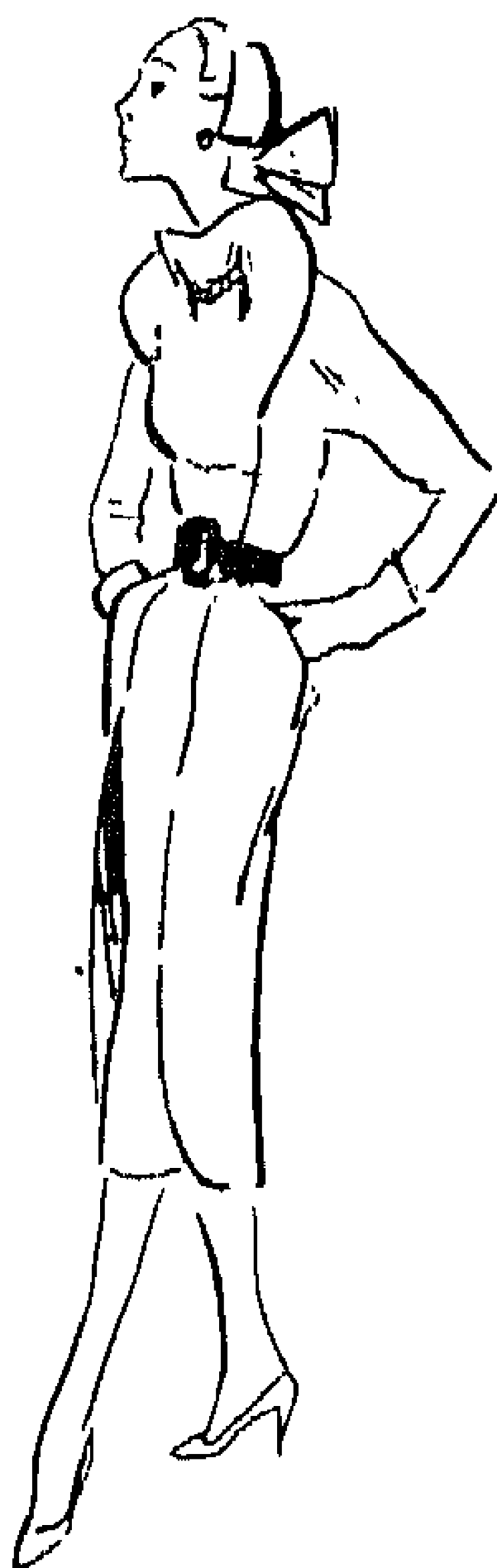


فسان من الاوتومان  
مطبخ بالفضاء



ماكيت كروازيه  
لا لويين

مونتيل وديل من الاصوف  
الارض لجان ديبين



بولير وبيجين  
ضخيف لرونا

مقام بالوخضرو البيج  
وفينوكه من النافضة



فطسان من الاوتومان  
الاسود لجان ديبين







# حلم جبريل وفؤاد جبريل



تأثير من الصوف الرمادي في غاية من  
الاناقة • الجاكيت كروازيه بصفين من الازرار  
المستديرة • الياقة مقفولة والجيبان صغيران  
ومقفولان بقلابة • الكمان طويلان وضيقان •  
أما الجونيلة فقد اتبعت قواعد الموضة فهي ضيقة  
الى حد يسمح بتحريك الساقين بسهولة •

تأثير آخر من الصوف يمتاز بضخامة  
ياقته وبضيقة عند الخصر • أما  
الجاكيت فقد قفلت بأزرار فانتزیه غاية  
في الجمال • الكمان طويلان متوسطا  
↓ الاتساع •





أضحت الجونيلة أهم ما يشغل  
 بال صانعي الأزياء هذا العام • فهي  
 مرتفعة عن الأرض بمقدار ٣٨ سم •  
 وقد صممها أصحابها لكي تسمح  
 بتحريك الساقين في سهولة • أما  
 الخصر فقد احتفظ بضيقه • وازدانت  
 الرقبة وما حولها بإيشاربات • وظل  
 الكتفان على ما كانا عليه في العام  
 الماضي • وإذا انتقلنا إلى الكمين  
 وجدناهما يمتدان من الكتف إلى المعصم  
 فهما طويلان وضيقان بحيث يلتصقان  
 بالذراع • وقد شذت عن هذه القاعدة  
 بعض الفساتين فظهرت بنصف كم أو  
 بأكماء قصيرة وتغالت بعضها فجاءت  
 بدون أكمام • وها نحن أولاء نعرض  
 على قارئنا منتخبا مما وصلنا أخيرا  
 من باريس لعله يعطينا فكرة كاملة  
 عن اتجاه الموضة هذا العام هذا





الاتجاه الذى سبق أن تكلمنا عنه  
 بعض الشيء فى العدد الماضى • وإذا  
 ألقينا نظرة على المعاطف وجدنا  
 خطوطها تختلف اختلافا بينا مع  
 خطوط الفساتين والتبايرات فهي  
 ضخمة قماشاً وتفصيلاً • ويلاحظ على  
 أكمامها أنها مركبة فى أسفل الكتف  
 ليبدو الظهر عريضا • وقد ظهر  
 الريدانجوت مرة أخرى وهو يتسع  
 تحت الخصر ، أما الياقة فترتفع الى أن  
 تغطي العنق وتتجاوزه أحيانا الى الاذن  
 فتغطيها هي أيضا • ويهتم صانعو  
 الازياء تارة بالياقة وتارة بالاكمام •  
 ولا بد أنك لاحظت يا سيدتى تلك  
 الهمية التي يعقدها مبتكرو الازياء  
 على الازرار فهي كبيرة للغاية  
 ومستديرة فى المعطف على الخصوص



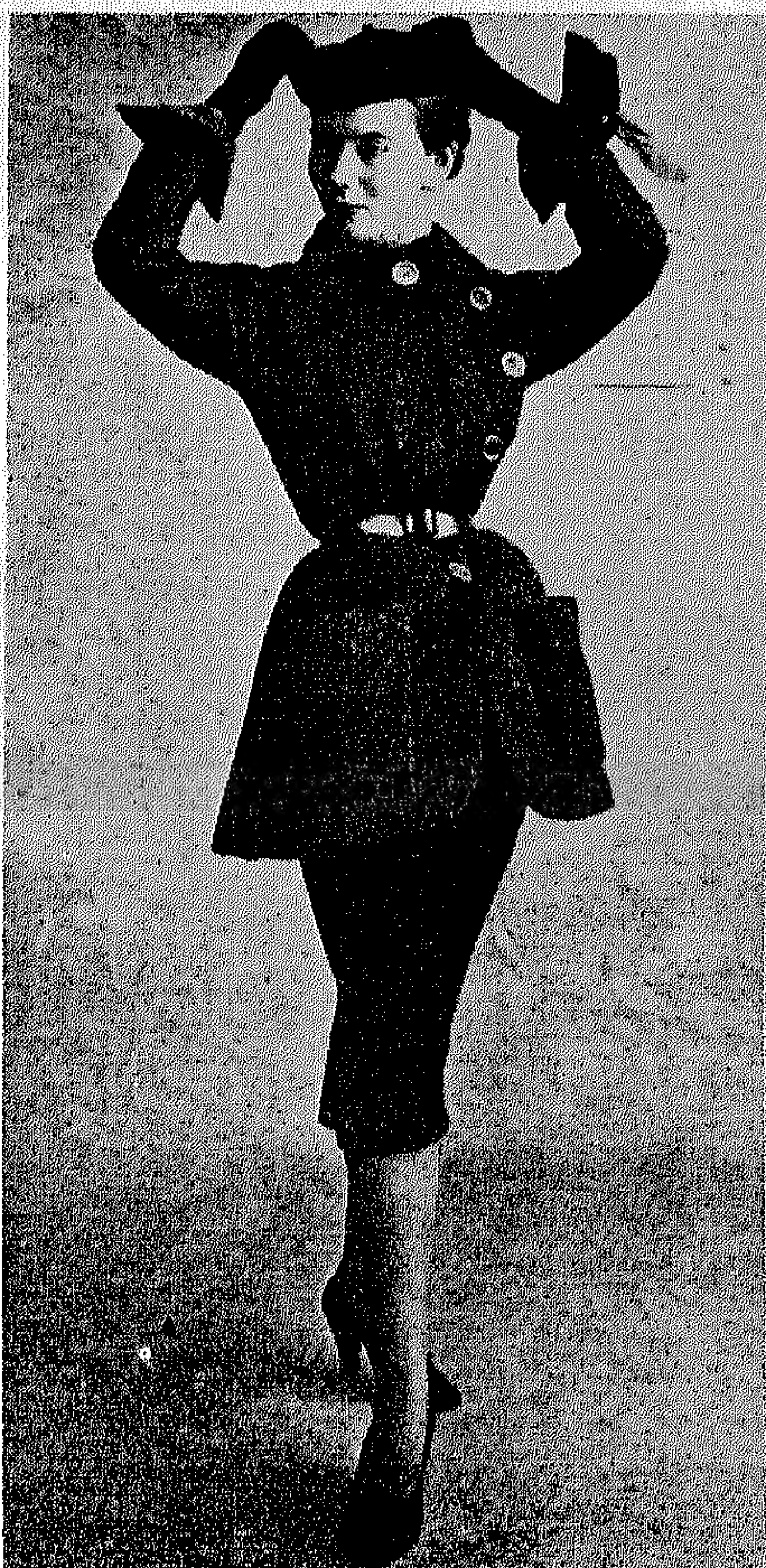


معطف من الصوف السميك  
بصفين من الازرار المستديرة  
وبياقة ذات قلابتين عريضتين  
الكمان ضيقان والخصر ضيق  
أما الجاكيت فتمتاز بالبساطة  
والاناقة ووضعت صاحبته  
حول رقبتها هذه الفراء .



### أسفل

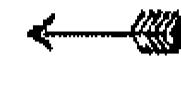
ثلاث تاييرات مبتكرة تعطينا  
فكرة واضحة عن اتجاه خطوط  
الموضة هذا العام ويلاحظ  
في ثلاثتها ضيق الخصر وكثرة  
عدد الازرار التي تحليها .







المانكان الباريسية المعروفة فابيين وقد ارتدت  
تاييرا أنيقا من القطيفة السوداء • ويصلح هذا  
التايير في كل المناسبات • ويمتاز ببساطة تفصيله  
وبارتفاع ياقته بحيث تغطي العنق أو جزءا كبيرا  
منه • وضع على الصدر حلية مناسبة • قد أطلق  
عليه مبتكره اسم ( موندى ) • أما القبعه فهي  
صغيرة محلاة بريشة طير ابتكر جان بارتيه •

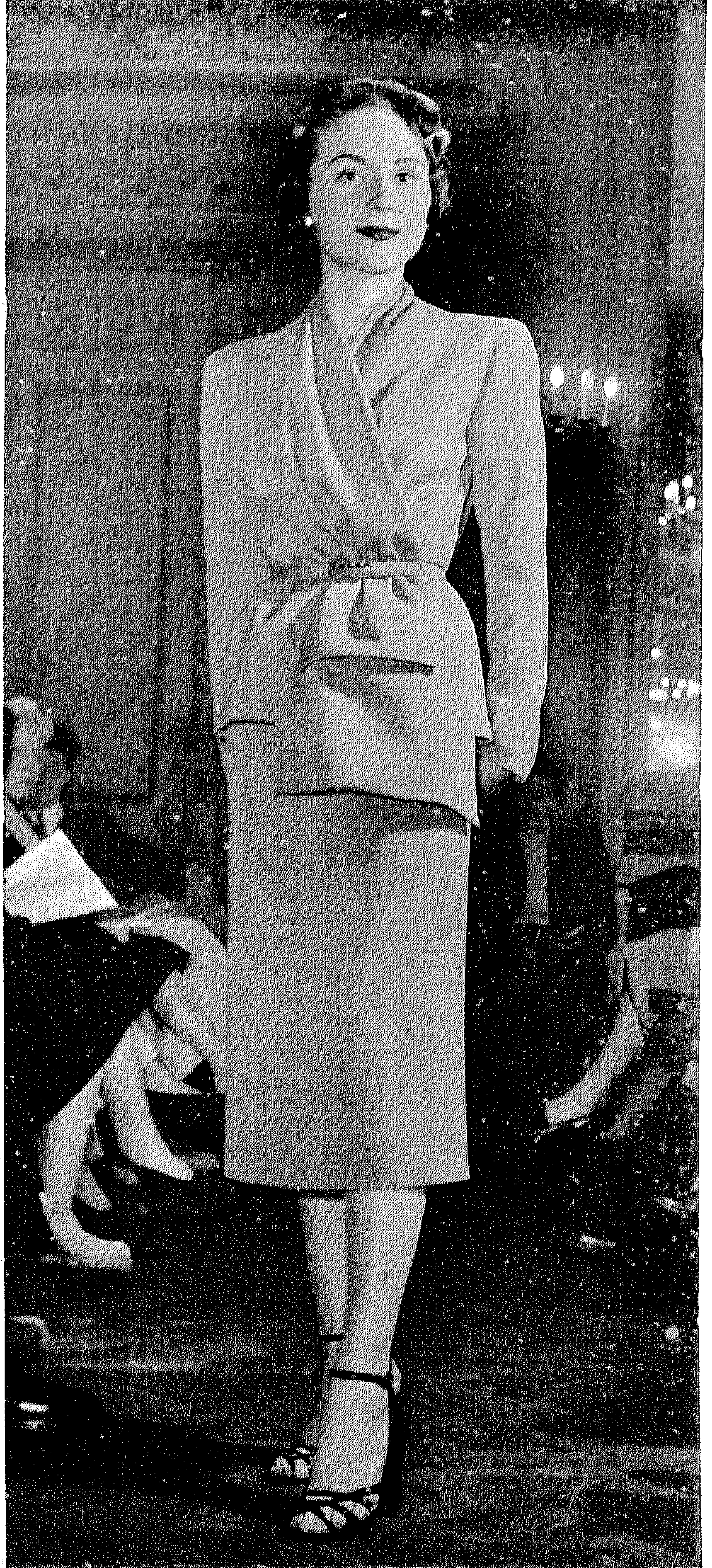


فستان آخر يشذ قليلا عن قواعد موضه هذا  
العام من حيث الكمين فقد انتفخا وانتهيا تحت  
الكوع بقليل ، أما فيما عدا ذلك فان الفستان عاد  
جميلا يصلح لكل المناسبات •





كان اهتمام صانعي الازياء بالتاثيرات بالغاً هذا العام فانت لا تجددين مجموعة من المجموعات دون عشرين أو ثلاثين تاثيراً على الأقل . وقد لفت نظرنا هذا التاثير لبساطته ولسهولة تنفيذه ولبعده عن التعقيد الذي نلاحظه على معظم الموديلات



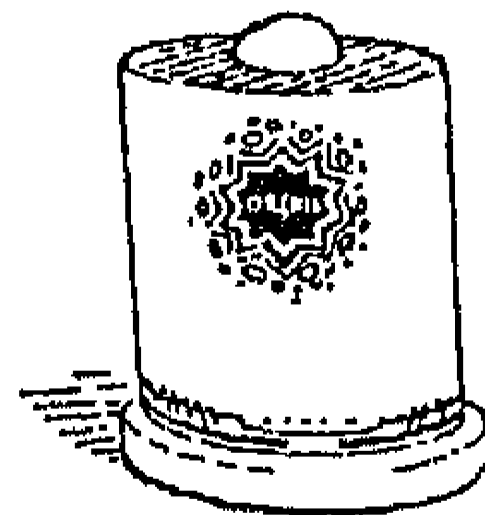




فستان للسهرة من التول الابيض المطرز بالترتر الرمادي  
والمحلى برسومات من القطيفة الرمادية . ولكي لا تظلم  
الذراعان عازيتين فقد ارتدت صاحبتهم عليهما قفازين  
طويلين من التول الابيض وهذه طريقة مبتكرة لصنع  
القفازات

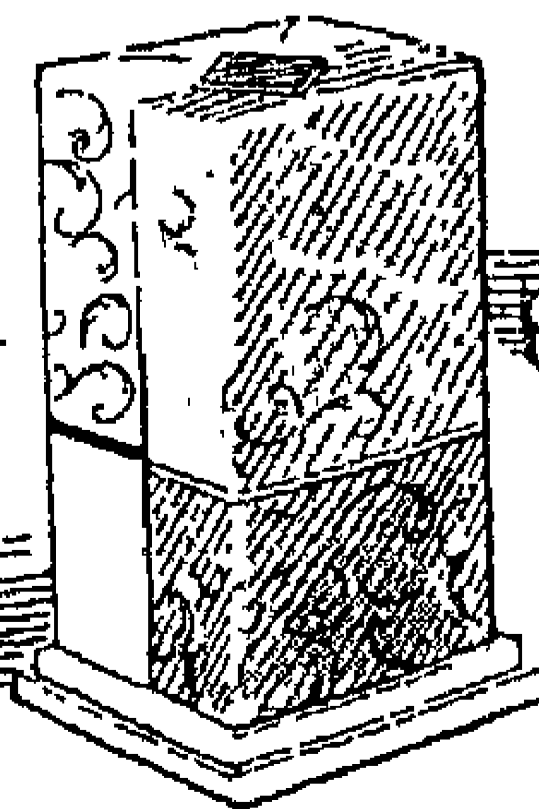


# عطاردى

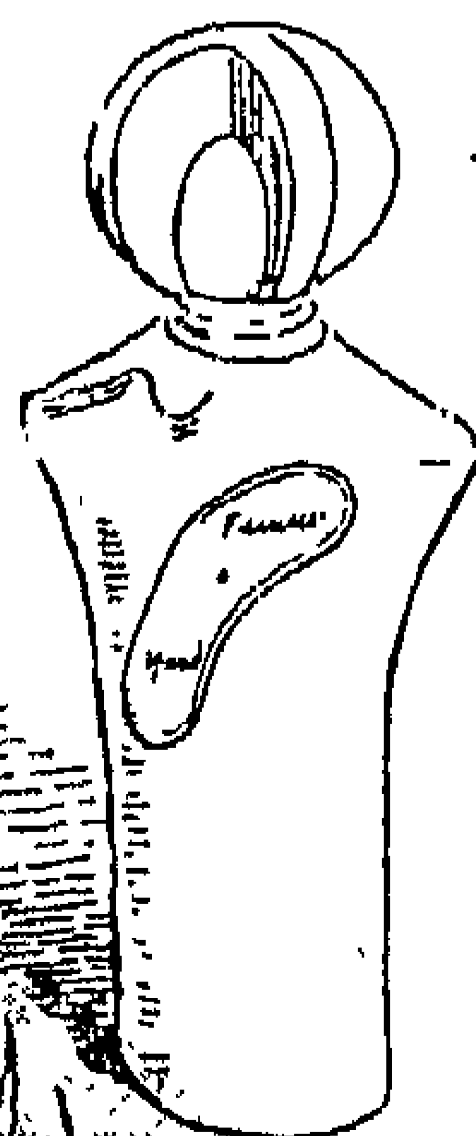


اوركيس

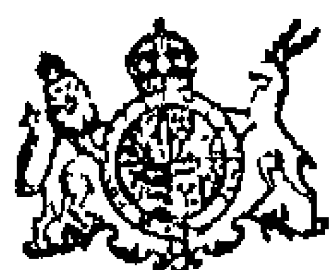
ايريل قابولس



بوندى سترى



فريسيا



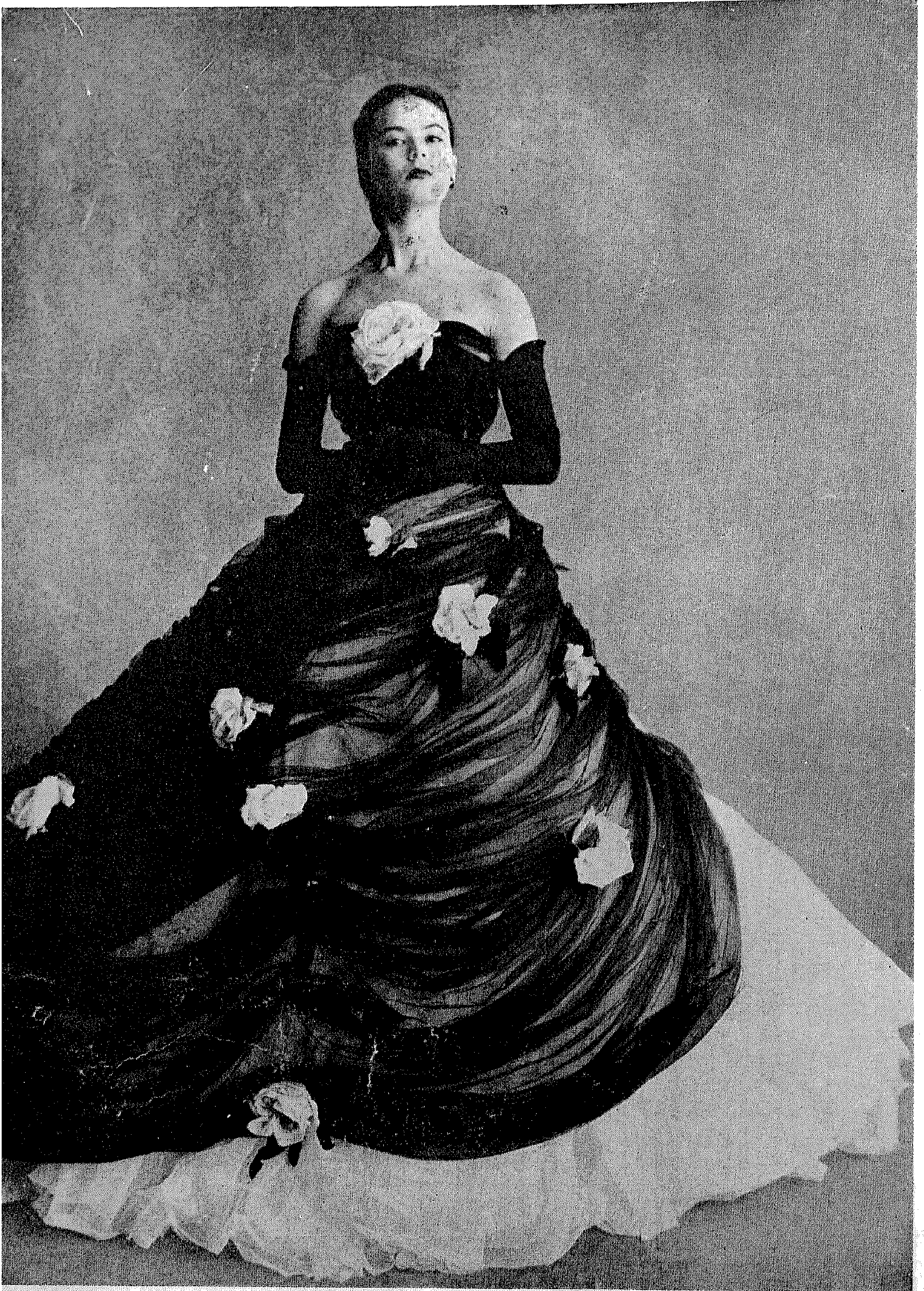
BY APPOINTMENT,  
PERFUMERS  
TO H. M. QUEEN MARY

وكذلك انواع ماء الكولونيا الاخرى المختلفة التى تصنعها ياردلى : بوندى سترى لوتس ايريل قابولس

ياردلى . ٣٣ شارع اولد بوندى سترى . لندن

YARDLEY . 33 OLD BOND STREET . LONDON



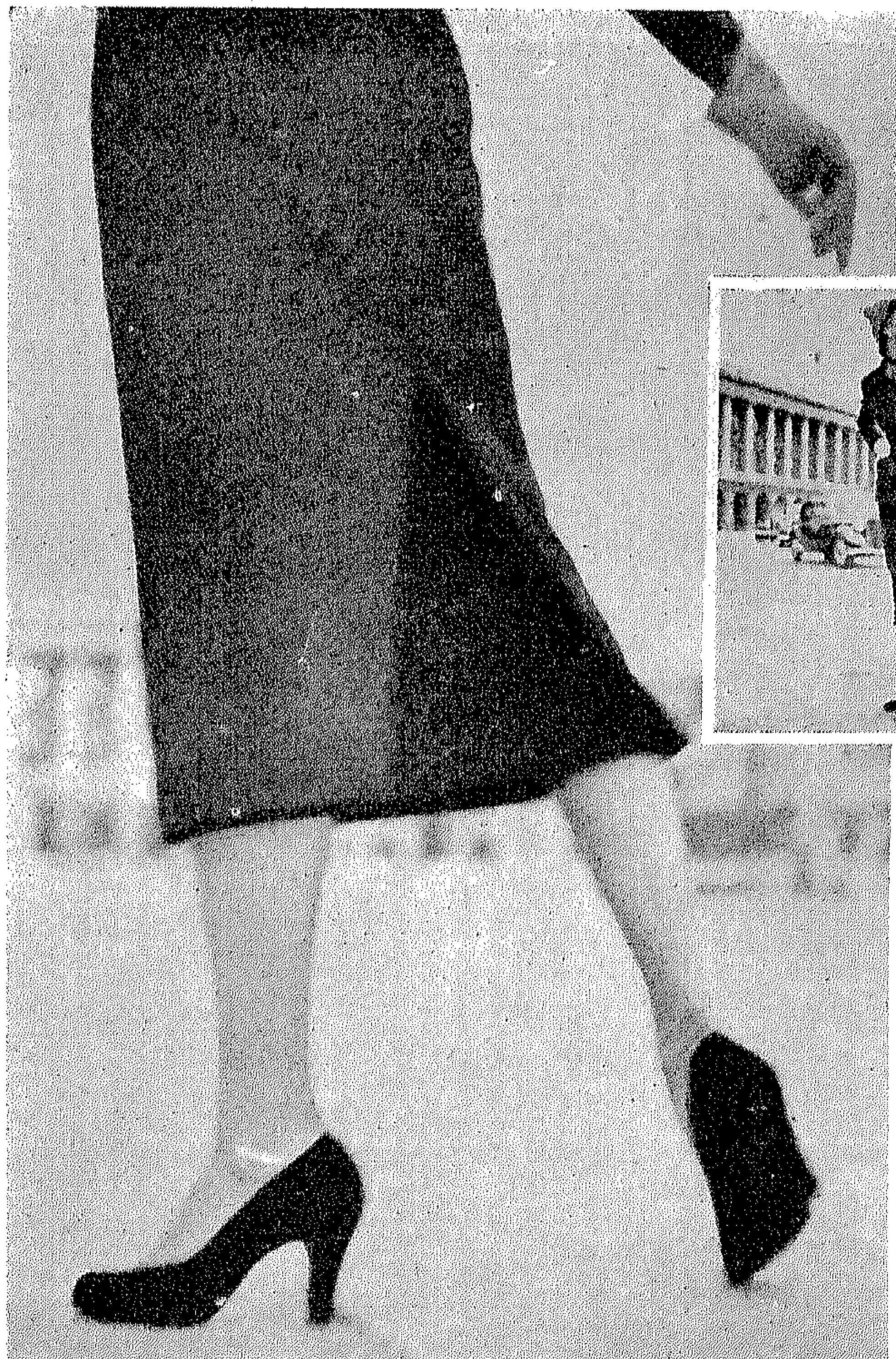


فستان للسهرة ضيق من الصدر الى الخصر عريض بعد ذلك . وقد حلى بالورود والقفازين الطويلين



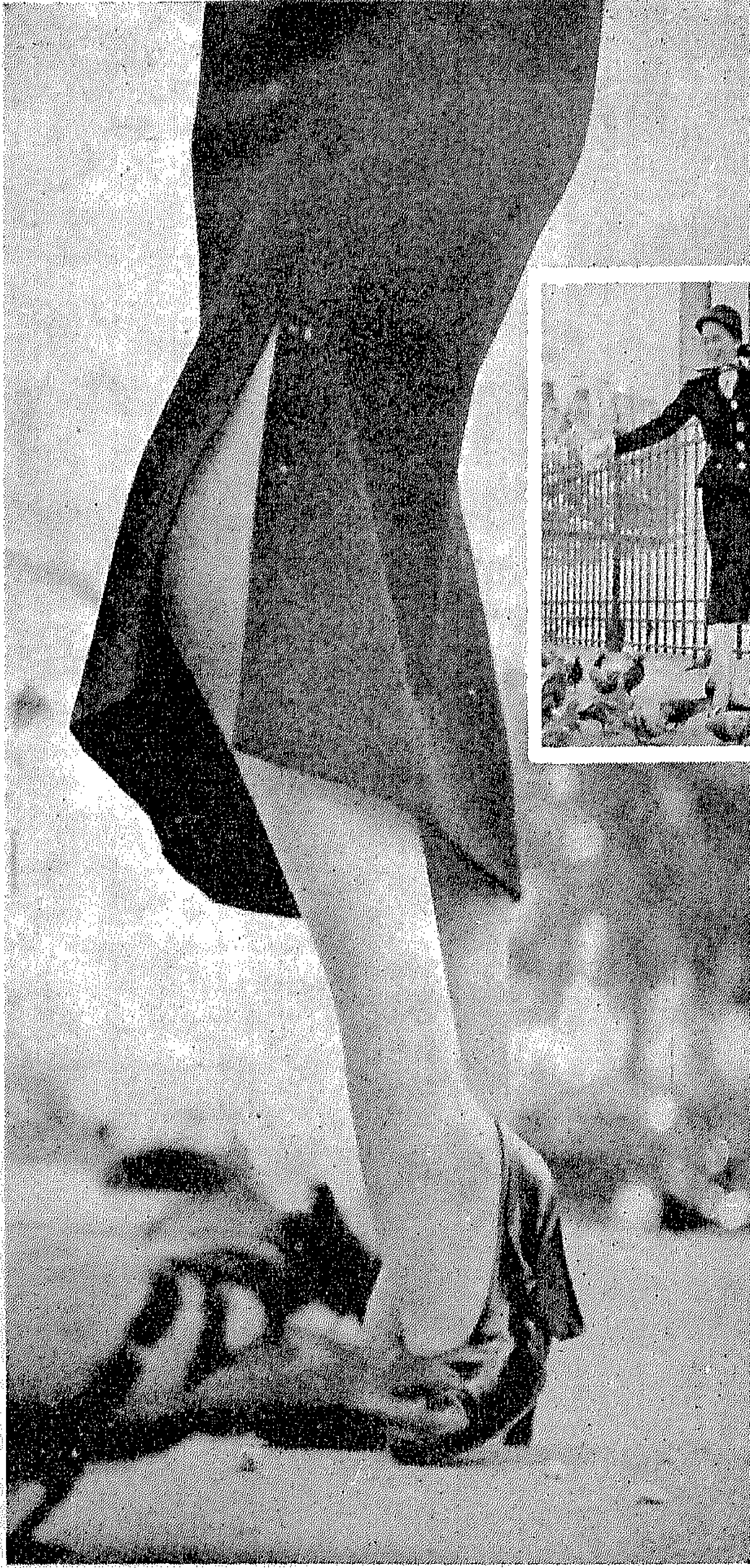
# الجونبيلة

تمتاز جونبيلة هذا التايير المصنوع من الصوف  
الاسود بثنية مجوفة على شكل مثلث رأسه  
الى أعلى ٠٠ ابتكار جان ديسيس

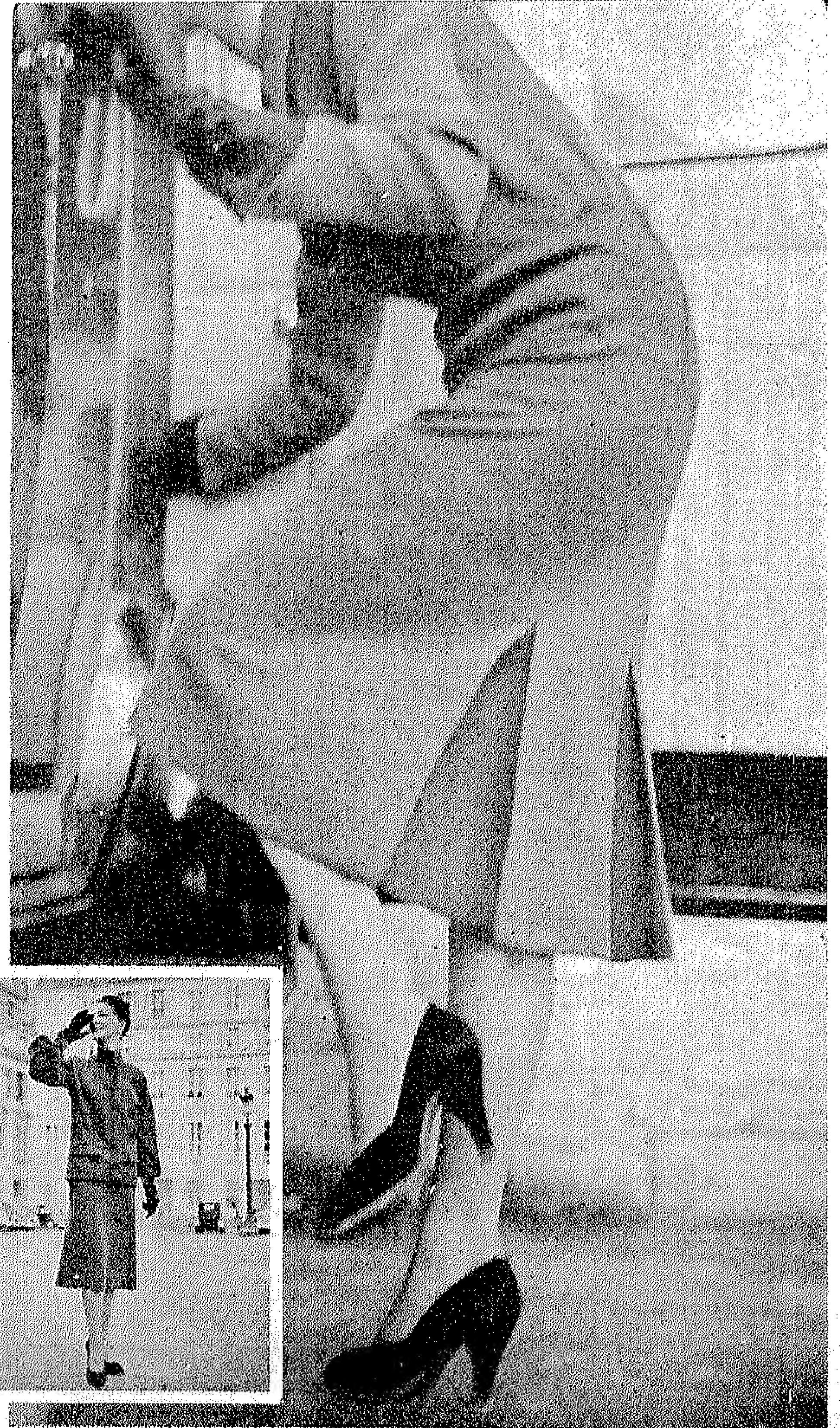


أما جونبيلة هذا التايير فقد ابتكرها صانع الازياء  
المعروف جاك جريف وجعل في مؤخرتها فتحة  
قصيرة تنتهي بزر





تايير مبتكر بصـفـين من الازرار الكبيرة  
ويلاحظ ضيق جونيـلته من أعلى ومحاولة  
توسيعها من أسفل بهذه الفتحة الجانبية



تايير من الجرسية الاخضر صنع روبير بيـجيـه  
وتمتاز الجونية بمجموعة من الثنيات كلها من الخلف  
تسهلا لتحريك الساقين







لمعاطف هذا الموسم طابعها الخاص  
فهي كما تعلمين عريضة عرضا مغالى  
فيه خاصة الظهر • أما الياقة فتكاد  
تحتل الجزء الاكبر من الصدر • واذا  
انتقلنا الى الكمين وجدناهما متسعين  
اتساعا لا عهد لنا به قبل اليوم • أما  
الذيل فهو مرتفع عن الارض بما  
يساوى ٣٧ سم أو ٣٨ سم

#### أعلى الى اليمين :

معطف أسود مبطن بقماش من لون آخر • يمتاز بصف طويل من  
الازرار وياقة ضيقة ترتفع قليلا لتحيط بالرقبة

#### أعلى الى اليسار :

معطف رمادي أو بيج من الصوف السميك • الكمان واسعان والياقة  
على شكل مثلثين وقد حلى بستة أزرار ضخمة

#### الى اليمين :

أطلق جاك جريف على هذا المعطف اسم ( دقي الجرس دقتين ) وهو  
مصنوع من الصوف • الكمان على شكل الكيمونو • أما الفستان فهو  
من القطيفة





# امساك المقص

نقدم اليك يا قارئتي  
الدرس الاول في الحياكة .  
نبدأ بشرح طريقة عمل  
جونلة عادية بخياطة من  
الجانبين لمقاس متوسط .

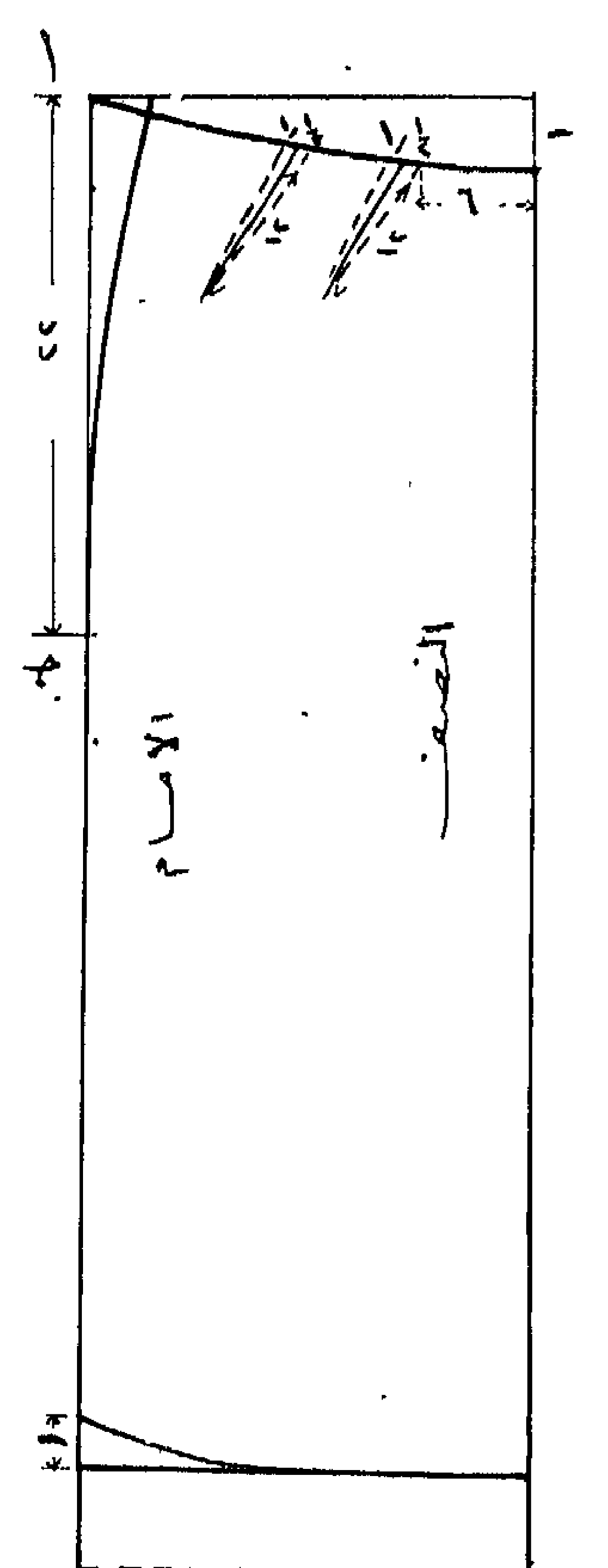
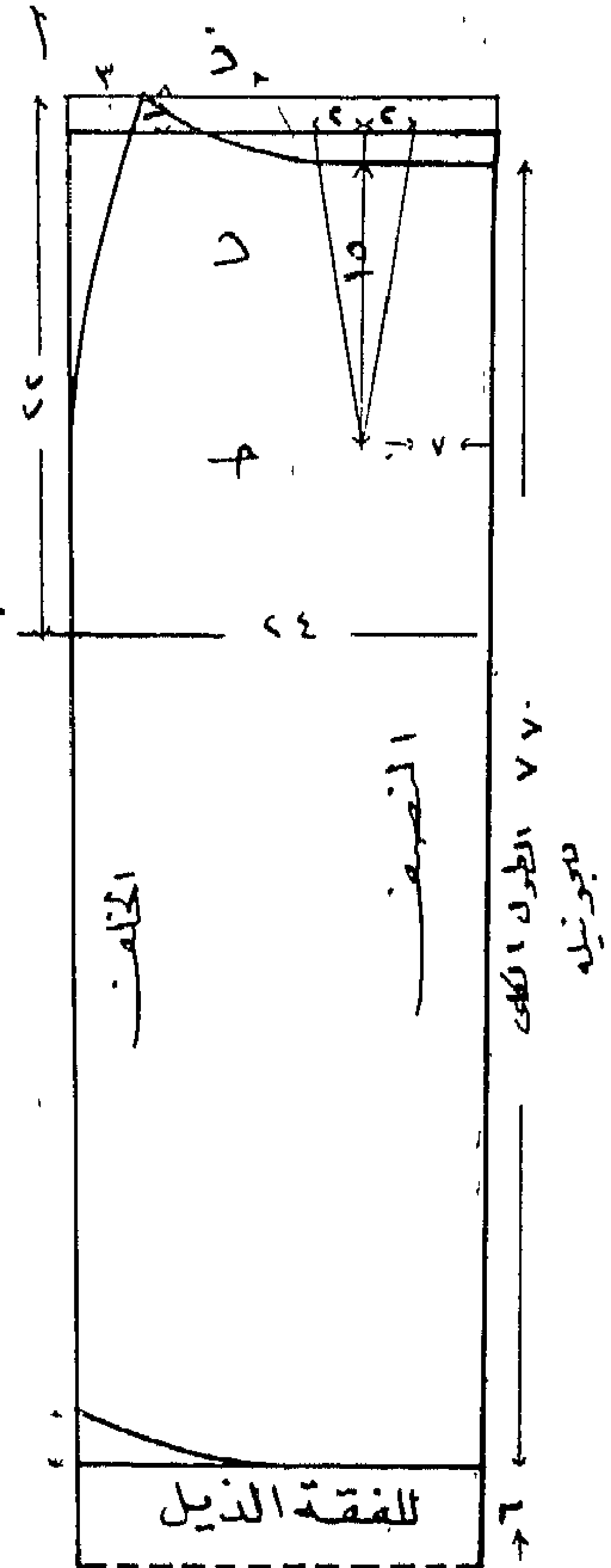
المقاسات : طول الجونلة :  
٧٧ سم + ٦ سم للفتحة  
الذيل = ٨٣ سم محيط  
أكبر جزء : ٩٦ سم +  
٤ سم = ١٠٠ سم على ٢ = ٥٠  
سم محيط الوسط ٧٠ سم +  
٤ سم = ٧٤ سم على ٢ = ٣٧  
سم .

زودي دائما ٢ سم في  
الخياطات . لكي تحصل على  
نصف الجونلة الامامي اقسمي

محيط أكبر جزء على ٢ ثم  
زودي ١ سم : ١٠٠ سم على  
٢ = ٢٥ سم + ١ سم =  
٢٦ سم .

أما الخلف فاطرحي اتساع  
نصف الجونلة الامامي من  
محيط أكبر جزء = ٥٠ -  
٢٦ سم = ٢٤ سم

الخلف : اطوي القماش  
على اثنين وارسمي مستطيل  
طوله : ٧٧ سم + ٦ سم =  
٨٣ سم ، وعرضه ٢٤ سم .  
بعد ٣ سم من الحرف ١ .  
انزلي ٢ سم من ناحية طية  
القماش ثم ضيفي حرف ب .  
أوصلي ا ، ب ، بخط مستدير



هونلة عادية بخياطة من الجانبين

من ١ ، انزلي ٢٢ سم ثم  
ضعي حرف ج . أوصلي ا ،  
ج ، لعمل خياطة الجانبين ،  
ارسمي خط ج ، د ، متوازي  
مع طية القماش على  
المسافات الاتية : ٧ سم  
عرض ( ما بين طية القماش  
والحرف ج ) ، ١٥ سم طول  
ج ، د . ضعي د ، ر على بعد  
٢ سم من كل جهة من د ،  
لعمل بنسات الخلف :

الامام : اتبعي نفس  
الطريقة لعمل الامام وتذكرى  
ان مقاساته : ٧٧ سم + ٦  
سم للفتحة الذيل هذا للطول  
و ٢٦ سم للعرض . اعلمي ٢  
بنس بالورب بدل واحدة  
ويستحسن ان يكونا بالورب  
الان قد أتممت تفصيل  
الخلف والامام فعليك اتقان  
حياكتهما .

اخيطي البنس ثم اكويهم كيا  
جيذا . اخيطي الجانبين  
مع مراعاة ترك ١٥ سم من  
الشمال لتكريب السوستة .  
في البروفة ، افحصي اتقان  
البنسان . اذا لاحظت انها  
عريضة فعليك تصغيرها .  
بعد التأكد من خيط الجونلة  
ابدئي تمكينها اعلى الحزام  
كالاتي : قصي قطعة قماش  
من قماش الجونلة طولها  
يساوي محيط وسطك  
وعرضها ٣ سم . بطنيها  
بالجروجران واخيطيها في  
الجونلة . سرفلي الخياطات  
الداخلية وركبي ٢ اجراف  
في الحزام ثم اكوي الجونلة  
على الظهر مع مراعاة وضع  
قطعة قماش مبللة ان كانت  
مصنوعة من القماش الصوفي



يحتوي زيت كبد الحوت  
السهل الهضم الذي يوجد في  
مستحلب سكوت كميات  
متوافرة من الفيتامينات  
الطبيعية واغذية زائدة تدعم  
الدم وتقوى البنية . انه اذن  
الغذاء المقوى الأمثل الذي يكفل  
لعائلتك صحة تامة وقابلية  
عظيمة للعمل والهدوء . احفظ  
لعائلتك صحتهم الثمينة  
باعطائهم الان مستحلب سكوت

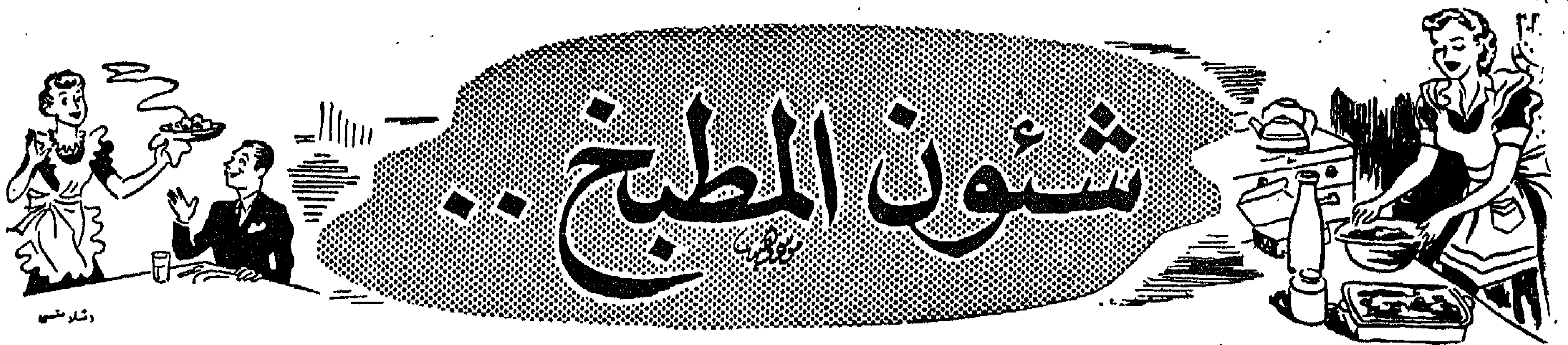


تأكد من  
وجود سافورا  
بالمائدة !  
يعرف الطاهرات  
سافورا بتريدادة معظم  
الاطعمة وتحملها شهية  
جرب سافورا نفسك  
ولن تجد شيئا أشهى  
منها



الشوابل الممتازة





### حساء البازلاء

#### المقادير :

نصف أقة بازلاء خضراء  
٣ كوب كبير ماء  
نصف كوب لبن  
ملح وفلفل  
ملعقة كبيرة ونصف سمن  
بصلة صغيرة مفرومة رفيفا  
ملعقة كبيرة دقيق  
ربع ملعقة شاي بيكربونات  
الصودا

#### الطريقة :

- ١ - اقشري البازلاء واغسلها وضعيها مع الماء وبيكربونات الصودا في كزرولة وارفعيها فوق النار الهادئة ولاحظي عدم تغطية الكزرولة لتحفظي بلونها الاخضر وتترك هكذا فوق النار حتى تنضج وتلين ثم صفيها من ماء السلق واحتفظي به .
- ٢ - ضعي السمن في كزرولة أخرى ويحلل فوق النار الهادئة ويشوح فيه البصل المفروم ناعما لمدة دقيقتين ثم أضيفي الدقيق ويقلب فوق النار الهادئة لمدة دقيقتين مع ملاحظة عدم تغيير اللون ثم ارفعي الكزرولة بعيدا عن النار .
- ٣ - أضيفي اليه مقدار الماء المتخلف من سلق البازلاء جزءا بجزء مع التقليب المستمر حتى ينتهي المقدار وأخيرا أضيفي اليه البازلاء المسلوقة واللبن والملح والفلفل واضبطي الطعم .
- ٤ - يعاد الجميع فوق النار مع التقليب حتى يغلي لمدة ٥ دقائق حتى ينضج الدقيق .
- ٥ - صفي الحساء من منخل السلك وتهرس البازلاء جيدا أثناء التصفية .
- ٦ - قبل التقديم مباشرة تعاد الحساء على النار حتى تصل لدرجة الغليان وتصب في سلطانية الحساء وقدميها ساخنة مع مكعبات صغيرة من الخبز الافرنكي المحمر .

### الجمبرى بالارز

#### المقادير :

ملعقتان كبيرتان سمن  
فنجانان كبيران أرز مسلوق  
ملعقة كبيرة كرفس مفروم  
بصلة صغيرة مفرومة  
ثلاثة أرباع أقة جنبرى  
نصف فنجان كبير عصير  
طماطم  
ربع فنجان كبير ماء  
ملح وفلفل  
قليل من البقسماط

#### الطريقة :

- ١ - اسلقي الجنبرى وقشريه ولاحظي ازالة الخيط الاسود الموجود بداخل كل واحدة .
- ٢ - ضعي السمن في كزرولة فوق نار هادئة حتى يدفأ ويشوى فيه الجنبرى لمدة دقيقتين ثم ينزع من السمن .
- ٣ - يشوح البصل المفروم والكرفس في السمن السابق لمدة دقيقتين ثم أضيفي الارز وعصير الطماطم والماء والملح

والفلفل وقلبي الجميع جيدا ويترك الخليط على النار حتى يغلي ثم يرفع من على النار ويضاف عليه الجنبرى ويقلب الجميع .

٤ - ادهني صينية جيدا بالسمن وضعي فيها خليط الارز بالجنبرى ورشي سطح الصينية بطبقة من البقسماط وفوقها قطع صغيرة من السمن .

٥ - ضعي الصينية في فرن متوسط الحرارة لمدة نصف ساعة حتى يحمر السطح ويتماسك الخليط .

٦ - قدميها ساخنة مع شرائح الليمون وسلطة الطحينة

### الشكشوكة ( البيض باليخني )

#### المقادير :

ربع رطل بصل  
نصف رطل طماطم  
فصان من الثوم  
قليل من الكمون المسحوق  
حزمة صغيرة مقدونس  
ملح وفلفل  
نصف فنجان كبير ماء  
٤ بيضات  
ملعقتان كبيرتان سمن

#### الطريقة :

- ١ - افرمي البصل رفيفا جدا ثم حمريه في السمن المقدوح حتى يصفر لونه .
- ٢ - دقي الثوم والكمون ثم أضيفيهما الى البصل وقلبيهما لمدة دقيقتين حتى يحمر الثوم .
- ٣ - أضيفي الطماطم وتترك حتى تتسبك كما في الخضر وأضيفي المقدونس المفروم قرب مرحلة النضج .
- ٤ - أضيفي الماء والملح والفلفل واضبطي الطعم واتركي الجميع يغلي .
- ٥ - صبي المزيج في صينية مدهونة أو طبق فرن ثم كسري البيض فوق السطح على مسافات متباعدة .
- ٦ - أعيدى الصينية فوق النار الهادئة حتى ينضج البيض ويتماسك .
- ٧ - زخرفي السطح بالمقدونس وتقدم ساخنة .

### بهريز العظم

#### المقادير :

رطل عظم ويحسن أن يكون  
بصلة كبيرة  
٤ أرطال ماء  
مواسير

#### الطريقة :

- ١ - اغسلي العظم وضعيه مع الماء البارد فوق النار ويغطي الاناء حتى يغلي ثم ضعي البصلة بعد تقشيرها واتركي الجميع يغلي مع ملاحظة نزع الريم من حين لآخر كلما ظهر وهدئي النار واتركي العظم يغلي ببطء لاطول مدة ممكنة لاستخلاص جميع المواد المغذية من العظم ثم انزع العظم واستعملي البهريز في طهي جميع الخضر والحساء .



## كستردة بالكريمة

ويعرفها الكثيرون باسم ( كريم كراميل ) وهي من أصناف الحلوى المستحبة شتاء إذا قدمت ساخنة وصيفا إذا قدمت باردة مثلجة وهي سهلة الصنع ونجاحها إذا أنقنت مرحلة طهيها على حرارة هادئة بطيئة .

### المقادير :

رطل لبن  
٦ بيضات  
٧ قطع سكر ماكينة لعمل الكريمة  
نصفت ملعقة صغيرة فانيليا  
سكر للتخلية  
ملعقتان كبيرتان ماء

### الطريقة :

١ - ضعى قطع السكر الماكينة فى القالب الذى ستستعملينه مع مقدار الماء ويرفع فوق النار الهادئة حتى يذوب السكر ويترك يغلى حتى يصفر لون السكر ويصير أحمر اللون نوعا مثل لون التوفى واحذرى ألا يحترق ثم ارفعيه بعيدا عن النار حتى تبرد الكريمة وتلتصق بالقاع .  
٢ - كسرى البيض فى سلطانية واضربييه ضربا خفيفا لتفكيكه فقط واحذرى شدة الضرب حتى لا تتكون فقاعات تفسد نتيجة الكستردة .

٣ - أضيفى البيض المربوب الى اللبن وأضيفى السكر والفانيليا واضبطى الطعم ثم صفى الكستردة من مصفاة سلك .

٤ - ادهنى جوانب القالب المبطن بالكريمة دهنا جيدا وصبى فيه الكستردة ثم غطى سطح القالب بورقة مدهونة بالزبدة بشرط أن يكون السطح المدهون لاسفل .

٥ - ضعى القالب فى صينية فيها ماء بارد يصل لنصف ارتفاع القالب وتوضع الصينية اما فى فرن هادىء أو فوق النار الهادئة جدا حتى تنضج الكستردة وتنماسك واحذرى طيلة مرحلة النضج أن تكون النار هادئة وعدم غليان الماء الموجود فى الصينية تحت القالب وأضيفى اليها ماء باردا كلما لاحظت شدة ارتفاع الماء . والا فسدت نتيجة الكستردة واستحال تماسكها وتفككت .

٦ - عند ما يتم النضج يرفع القالب من الصينية ويقلب فى طبق بللور كما هو موضح بالرسم .

٧ - يقدم ساخنا أو باردا حسب الرغبة .

### مشروبات الشيكولاتة الساخن

من المشروبات اللذيذة الطعم المغذية فى نفس الوقت لا سيما للأطفال ويمكنك تقديمه فى كل مناسبة . فقدميه لأطفالك مع وجبة الافطار أو العشاء وقدميه لزيائريك مع أى نوع من أنواع البسكوتات البسيطة .

ومقاديره هي

ملعقتان كبيرتان مسحوق فنجان كبير ماء  
شيكولاتة  
أو جميع المقدار لبن  
فنجانان كبيران لبن  
سكر يكفى للتخلية

### الطريقة :

١ - أضيفى الماء الى اللبن ويرفع على النار ليغلى .  
٢ - حلى مقدار الشيكولاتة فى قليل من اللبن الساخن حتى تذوب ثم أضيفيها الى اللبن المغلى مع التقليب وأضيفى السكر واضبطى الطعم .  
٣ - يعاد الجميع فوق النار حتى يغلى ثم يصب فى فناجين الشاي ويقدم ساخنا .



كل ما يلزم  
منزلك يا سيدي  
تجدينه

بأرخص الأسعار

فى محلات

سحيك

أكبر تشكيلة من

الصينى

\*

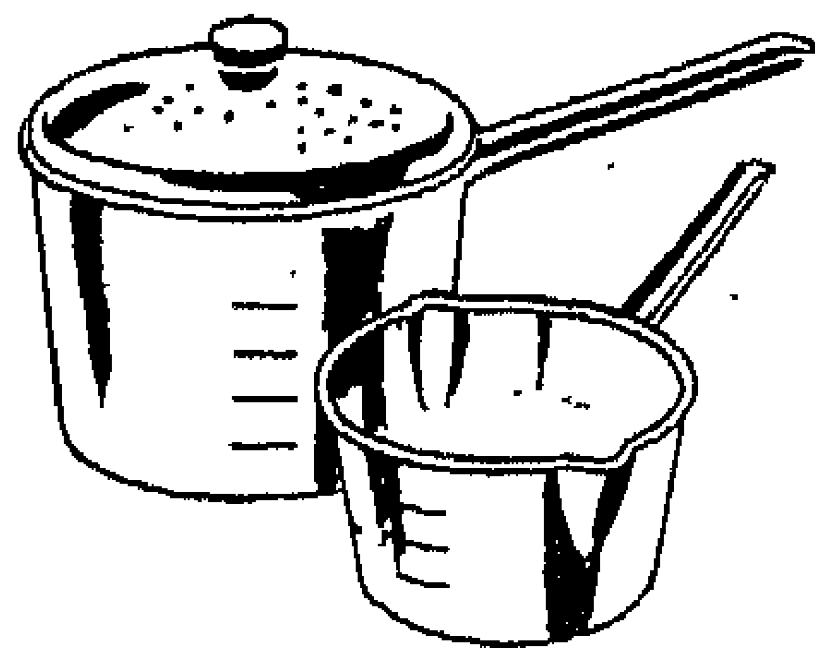
الكرستال

\*

الأدوات المنزلية

\*

الخف - الهدايا



القاهرة

شارع فؤاد الأول رقم ٣٠ عمارة الأنبيون

٤٨٠٦٦ - ٥١٧٢٧ ٦٤١٧٣



# كيف أنظفها...؟

كل مرة • ابحتى بعد ذلك عن البقع الظاهرة وضعى عليها فضلات صابون معدعكها دعكاً خفيفاً بالاصبع انقعى الملابس فى ماء دافئ لا يزيد درجة حرارته عن



٥٠ درجة والافضل أن يكون قد أذيب فى هذا الماء شئ من الصابون •

- لا تدعى الملابس الصوفية أثناء تصبينها كما تفعلين عادة عند غسل البياضات • اثنيها من كل جانب مع الضغط ضغطاً خفيفاً • اشطفيها بعد ذلك

( كيف أنظفها ؟ ) سؤال حائر نسمعه أو نقرأه مراراً سؤال حائر لأنه لا يجد الجواب الشافى فى اللحظة التى يقع فيها ما ليس فى الحسبان • ان مسألة تنظيف الملابس ليست من المسائل التافهة التى لا يحسب لها حساب عند سيدة البيت التى تهتم بكل صغيرة وكبيرة فى مملكتها والتى تعمل على أن يبدو كل شئ جميلاً نظيفاً • وهانحن أولاء نخصص هذا الموضوع اجابة على هذا السؤال الحائر علنا نكون قد سدنا فراغاً هاماً فى هذه الناحية من شئون المنزل وتدبيره •

- لا تضعى الملابس الصوفية مع بقية الملابس التى يراد غسلها • اشطفي الملابس الصوفية أكثر من مرة مع تغيير ماء الشطف

## ملحوظة :

فى حالة رغبتك فى أن تجعلى مائدتك متعددة الاصناف زىدى على كل أكلة من الاكلات المذكورة صنفاً من أصناف اللحوم يكون قائماً بذاته كصنف مستقل مثلاً ( لحم بوفتيك بالبيض والبقسماط ، كفتة اللحم ، مخ ( محمر بالبيض والبقسيماط ) كبد وكلاوى مشوية ، فراخ ، سمك الخ كما ترغبين • كذلك استبدلى الفاكهة فى بعض الايام بعمل أصناف من الحلوى التى تروق لك ولا حظى فى اختيارها أن تكون ملائمة للطقس •

## الاحد ١٤ يناير

طماطم مطبوخة بالارز ، سلطة خضار ، فاكهة

## الاثنين ١٥ يناير

باذنجان مقلى ، سلطة زبادى ، صينية بطاطه

## الثلاثاء ١٦ يناير

سبانخ مكشورة (استعملى بهريز العظم) ، أرز مفلفل ، فاكهة

السبت ٦ يناير  
شكشوكة ( البيض باليخن ) ، مكشورة أسباجتى ، سلطة خس ، فاكهة

## الاحد ٧ يناير

حساء العدس ، عدس مطبوخ بالارز ، سلطة خضار ، فاكهة

## الاثنين ٨ يناير

خرشوف بالترييسة ( استعملى بهريز العظم ) ، أرز بصلصة الطماطم ، فاكهة

## الثلاثاء ٩ يناير

فاصوليا جافة مكشورة ، سلطة خضار ، فاكهة

## الاربعاء ١٠ يناير

مسقعة قرنبيط بدون لحم أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

## الخميس ١١ يناير

مبار ، فاصوليا جافة مكشورة ، سلطة خس ، فاكهة

## الجمعة ١٢ يناير

بازلاء مكشورة ( استعملى بهريز العظم ) ، أرز مفلفل ، فاكهة

## السبت ١٣ يناير

قلقاس بالخضرة (استعملى بهريز العظم الدسم) ، أرز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

# طماطك فى يناير

فى امكانك يا سيدتى أن تجعلى قائمة غذائك اليومية محتوية على جميع العناصر الغذائية وفى نفس الوقت اقتصادية فى تكاليفها باستعمالك بهريز العظم فى طهى جميع خضرواتك مستغنية بذلك عن اللحم أو مستعملة كمية قليلة منه لا تتعدى النصف رطل واليك أمثلة لمثل هذه القوائم :

## الاثنين أول يناير ١٩٥١

سبانخ مكشورة ( استعملى بهريز العظم ) ، أرز مفلفل ، فاكهة

## الثلاثاء ٢ يناير

فول نابت باليخن ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

## الاربعاء ٣ يناير

محشو كرنب ( استعملى نصف رطل لحم مفروم واسقى المحشو بهريز العظم أثناء طهيهِ ) دمة ، فاكهة

## الخميس ٤ يناير

خبازة ( بهريز العظم ) أرز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

## الجمعة ٥ يناير

محشو ضلمة بالزيت ، فول رومى مكشور ، مخلل ، فاكهة

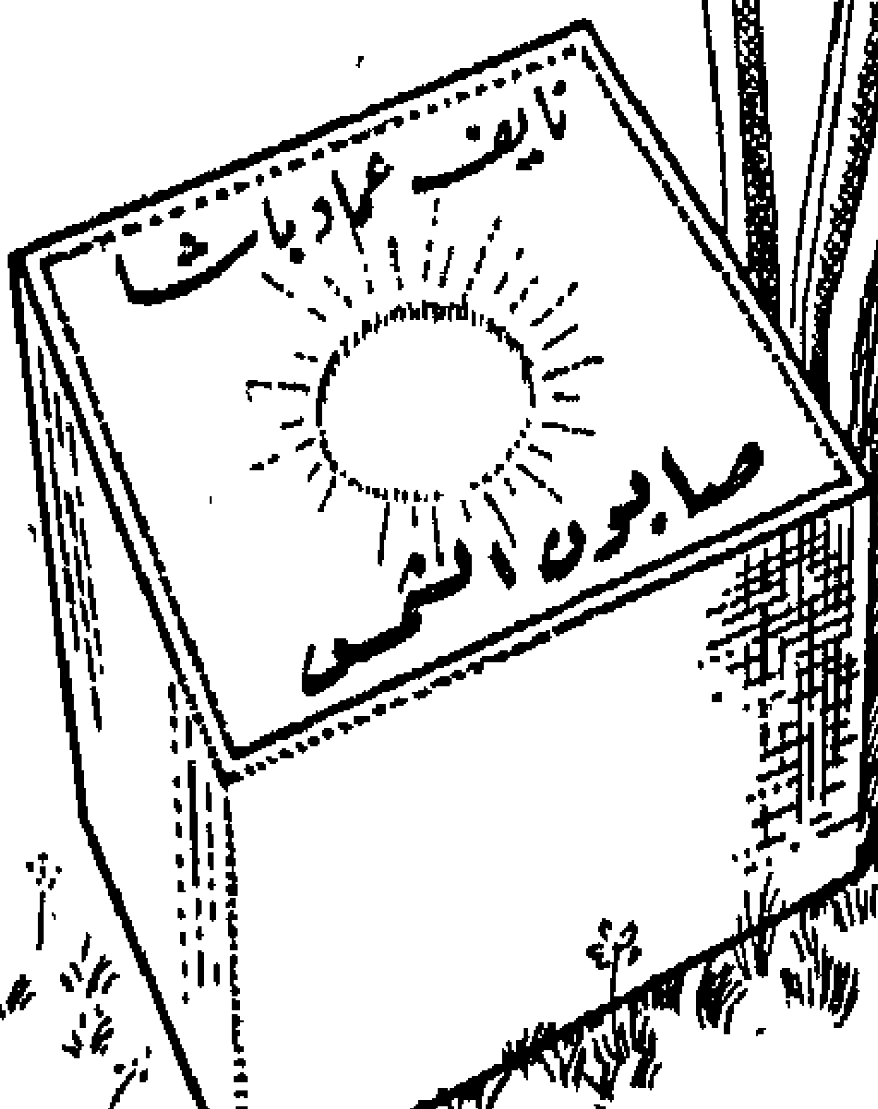


# صابون الشمس



يرغى بسرعة

ويذوب ببطء



داومي على استعماله  
تظل ملابسك جديدة  
ناصعة البياض

إنتاج مصانع

نايف عماد باشا  
طنطا

سولتوسيون ماء الاوكسجين  
تكونين وضعت فيها اربع  
ملاعق صغيرة من برورات  
الصوديوم في اللتر الواحد  
فان بقيت الاثار ظاهرة  
عليك باعادة الكرة ثم اشطفي  
بالماء العادي .

- على قماش ملون: اتبعي  
نفس الطريقة التي اتبعتها  
مع القماش الابيض . أعيدى  
للون عجزته ببل القماش أو  
غمسه في محلول مكون من  
بضع نقط من حامض الخليك  
في ٣٠ جم من الكلوروفورم .  
ويمكن ازالة الهالة التي  
تنتج عن هذا التنظيف  
بغمسها بماء مذاب فيه قليل  
من الصابون أو محلول خفيف  
من حامض الخليك .

بقعة البوية

- ان كانت البقعة حديثة  
العهد . استعملي زيت



التربنتين أو تتراكلورور  
الكربون الذي يذيب البوية  
اللاكية والبوية العادية .

- ان كانت البقعة قديمة،  
فحاولي ازلتها على الوجه  
الاتي :

ضعي على البقعة شحما  
لمدة ٢٤ ساعة ثم ادعكيها  
بزيت التربنتين . جربي  
ايضا الصابون والبنزين .  
التريكو الابيض أو الفاتح

- عند ما يكون قليل  
الاتساخ لفيه في دقيق فرد  
على مائدة أو لوحة نظيفة .  
ادعكيه بقوة بين يديك .  
وعندما يتغير لون الدقيق  
الى الرمادي أعيدى الكرة  
بدقيق نظيف وأعيدىها مرة  
ثالثة ان لزم الامر . انفضيه  
ثم فرشيته .

في ماء دافئ قد أذيب فيه  
شيء قليل جدا من بلورات  
الصوديوم. ثم اشطفيها مرة  
أخرى بالماء البارد . اعصريها  
دون ثنيها أو ضغطها بشدة  
اضغطي عليها بيدك ضغطا  
خفيفا . واتركيها تجف في  
الهواء الطلق في مكان ظليل  
اكويها وهي طرية بعد أن  
تكوني قد وضعت عليها  
قطعة من القماش بللت بلا  
خفيفا . ويجب ألا تكون  
المكواة حامية .

ازالة البقع

- الشحم الاسود : ان  
كانت البقعة حديثة العهد  
أزيلي بالسكين كل الشحم  
الاسود الذي لم يتخلل بعد  
القماش بللي البقعة بلبن مغلي  
مع دعك القماش بين الاصابع  
لتليينها . ادعكي بعد ذلك  
بزيت التربنتين . افردى  
الثوب وضعي على البقعة  
مسحوقا جافا مثل بودرة  
التالك لمدة ساعتين أو  
ثلاث ساعات . انفضي الثوب  
بعد ذلك ثم فرشيته فان  
وجدت ان البقعة ظاهرة  
ضعي زيت التربنتين من  
جديد ومسحوق التالك .

أما ان كانت البقعة قديمة  
فافردى الثوب على مائدة  
وضعي عليها زبدة طازجة من  
الجهتين ( وجه القماش  
وظهره ) وفي اليوم التالي  
قومي بالعملية التي شرحناها  
لك في أعلى .

آثار العرق

- على قماش ابيض :



اغسلية بماء مضافا اليه  
صابون سائل فان ظلت  
الاثار ظاهرة ضعي عليها



# تنسيق الزهور



## بلوزة بأكبر

بعد ٢٤ سم من الاستنك  
أحردى الباط كما يلي : ٢٠  
غرز، ٤ غرز ٣ غرز غرزتان  
( ثلاث مرات ) ، غرز ( ٥  
مرات ) .

بعد ٨ سم من حردة الباط  
زودى غرز كل ٥ سم  
( ٦ مرات ) . بعد ١٧ سم  
من الحردة سدى كل سطرين  
٤ غرز ( ١٥ مرة ) للاكتاف .  
أما الغرز الباقية فانقصى  
منها غرز من اليمين ( ١١  
مرة ) وزودى من الشمال  
غرز ( ٩ مرات ) ثم سدى  
الغرز على ثلاث دفعات .  
اشتغلى النصف الايسر  
بالعكس .

### الظهر :

أبدئى ١٥٠ غرز على ابر  
رقم ٢ . اشتغلى بغرز  
الاستنك . بعد ٥ سم انقل  
الشغل على الابرقم ٣  
واشتغلى بغرز الجرسية  
المقلوب . زودى غرز كل

هذه هي بلوزة من التريكو  
ذات كول كبير يمكنك لبسها  
بعد الظهر . انها سهلة  
وتحتاج الى :

٤٠٠ جرام من الصوف ،  
ابرتين رقم ٢ ، ابرتين رقم  
٣ ، ١٢ زر مربع ، ٣٥ سم  
توال تاير ، ٦٥ سم شريط  
عرض ٤ سم .

### النصف الامامى الايمن :

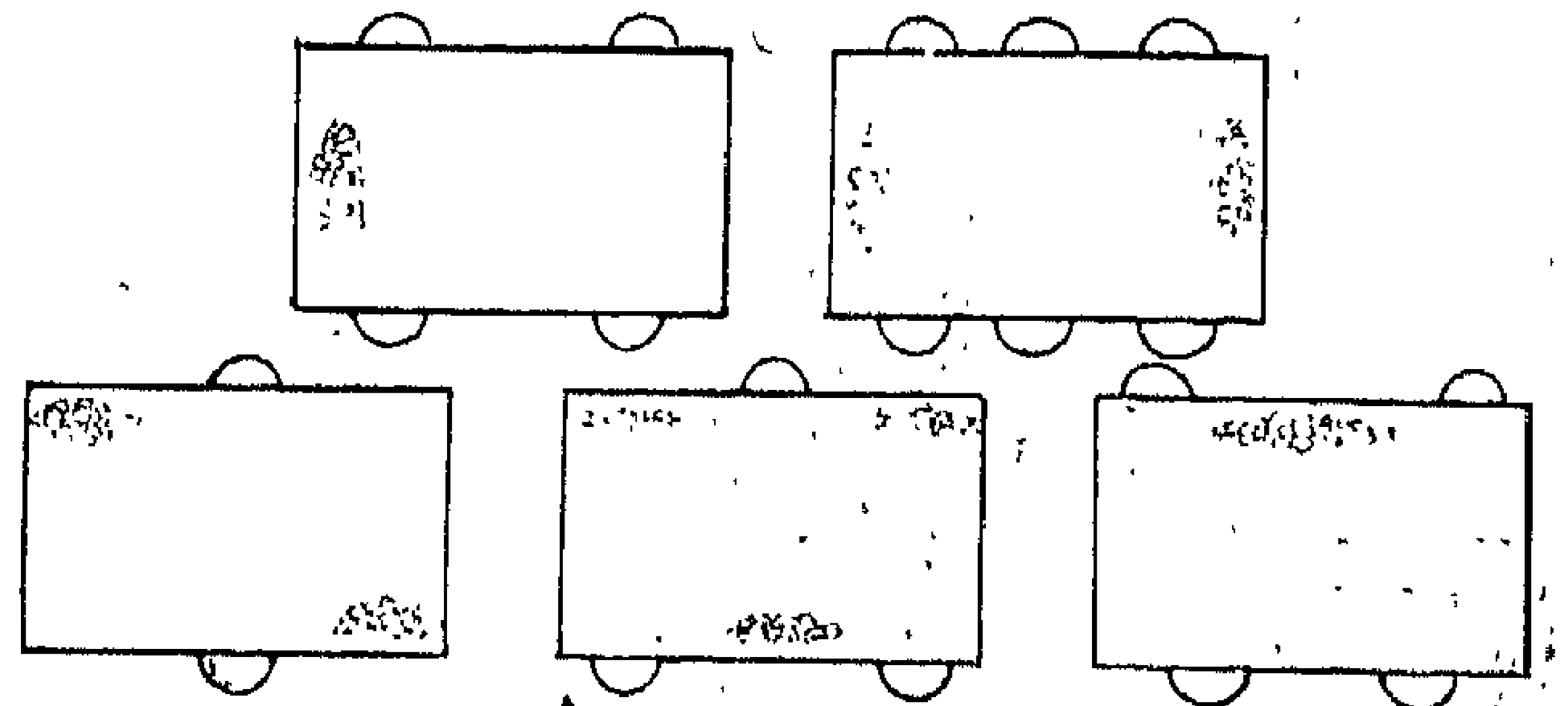
أبدئى ١١٦ غرز، اشتغلى  
بغرز الاستنك ( غرز عدل،  
غرز مقلوب ) مع ملاحظة  
شغل العشرين غرز الاولى  
بغرز الجرسية المقلوب .  
بعد ٥ سم انقل الشغل  
على الابرة نمرة ٣ ثم اطلعى  
بغرز الجرسية المقلوب .  
زودى كل ٨ سم غرز من  
الشمال ( ١٢ مرة ) . بعد  
٢٤ سم من الاستنك . زودى  
كل سطرين غرز من اليمين  
( ٩٠ مرة ) لعمل الكول ثم  
انقل على ٩٤ غرز .

### على موائد الطعام

لا تقل أهمية تنسيق  
الزهور على موائد الطعام عن  
أهمية الطعام نفسه  
وتختلف كيفية تنسيق  
الزهور على المائدة باختلاف  
المناسبة التي أعدت من أجلها  
فاذا كانت المائدة معدة  
لطعام العائلة اليومى فيكتفى  
بوضع زهرية أو أكثر قليلة  
الارتفاع واسعة الفوهة -  
ومن الشائع وضع هذه  
الزهريات فى وسط المائدة  
ولكن الاوفى وضعها على  
جانب خال من المائدة  
يتناسب مع عدد الاماكن  
المشغولة حول المائدة حسب  
الرسوم الموضحة وتختار  
للموائد فازات من البلور  
( الكرسيتال ) أو من المعدن  
أو من الصينى المناسب للون  
وتقوس باقى أطباق المائدة  
وتختلف الزهور التى  
توضع فى هذه الفازات  
باختلاف وقت تنسيق المائدة  
ففى الصباح تفضل على مائدة  
الافطار الزهور ذات الالوان  
الزاهية الصغيرة الحجم مثل  
البسلة أو البنسليه أو  
الجلادويا أو الجيسوفيل أو  
الفرجس ، أما على مائدة

لها ظل وتفضل أنواع الورود  
والابصال والقرنفل الابيض  
والوردي . واذا كان المقصود  
من تنسيق المائدة اقامة وليمة  
فيجب زيادة العناية فى  
تنسيقها وذلك باستعمال  
الزهور المرتبة بأسلاك على  
هيئة أفرع ( برنشيات )  
بشكل يناسب المائدة ، كما  
يرسم فى الجزء الخالى من  
المائدة حول قاعدة الفاز  
شكل هندسى بالازهار  
المقطوفة بدون أعناق كزهور  
بنت القنصل الحمراء  
والجهنمية والبنجونيا  
وفى الحفلات والولائم  
الكبيرة يوضع أمام كل مدعو  
باقة صغيرة من الزهور  
وتتكون هذه الباقة  
( بوتنييره ) من زهرة واحدة  
جميلة كزهرة البنسليه مع  
ورقة من أوراق الاسبرجى  
الفينو تربط أعناقهما معا  
بورق مفضض

مع بطاقة تحمل اسمه حتى  
يستدل على مكانه بسهولة  
وقد يستعاض أحيانا عن  
فازات الزهور بأطباق أو  
فازات واسعة بها سلطة  
زهور Flower Salade وذلك  
بملء هذه الفازات أو الاطباق



بالمياه لاخرها وتعويم الزهور  
( بعد نزع أوراقها وأعناقها )  
على سطحها كزهور المرجريت  
أو الجهنمية أو البنسليه أو  
أبو خنجر أو ثلاث الورد  
وتوزع على المائدة كتوزيع  
الفازات السابق توضيحه  
ابراهيم بولس ابراهيم

الغذاء فيحسن اختيار الأزهار  
الكبيرة كالداليا والاميريللين  
والجلاديويس .  
وأما فى المساء فيحسن  
اختيار الالوان الفاتحة من  
الزهور حتى تبدو زاهية فى  
ضوء الكهرباء على أن تنسق  
بسيقان قصيرة حتى لا يكون



# أصواف لافتدا التريكو

مصنوع  
من أفرز غزل  
"بوتاني"

الذي يحفظ طويلا  
برونقة ولونه  
ومساته

التريكو المصنوع  
بصوف  
"لافتدا"

يبقى  
دائما ابدا لينا  
ناعما لمس  
ويضفي على الجسم  
الدفء  
والراحة

اطلبى هون  
لافتدا



صنع LISTER & COMPANY (Knitting Wools) LIMITED, BRADFORD إنجلترا

ببائع

في مصر: في محلات شيكورييل، س. وس. صيدناوى وشركاهم  
صالون المترو (شارع عماد الدين)، محل اخوان  
ظازباز (شارع سليمان باشا)

في الاسكندرية: اخوان ليلكيان (شارع فرنسا)، محلات اورلو  
وتريمود (شارع سعد زغلول)، محلات صيدناوى

بغرزة العراوى مثل ماتفعلين  
فى عراوى القماش • ركبي  
الازرار فى مرد نصف الصدر  
الايسير • بطني أستك  
الوسط بشريط عرض ٥ رة  
ستم مع ملاحظة: ترك ١ سم  
من الاستك بدون بطانة •

الكم ثم أكمل خياطتها مع  
مراعاة جعل الناحية العريضة  
من الاسورة من الخلف •  
اعمل العراوى طوال باند  
(مرد) نصف الصدر الايمن  
على مسافة ١٥ سم بين كل  
زر قصى التريكو واشتغليه

اشتغلى ١٣٢ غرزة بغرزة  
الغرز كما هي مبينة لك •  
بطانة الكول اليمنى :

ابدئى ٢٠ غرزة • اشتغلى  
بغرزة الجرسية المقلوب  
ما عدا الثلاث غرز الاولى  
تشتغل دائما عدل (برصل)  
بعد ٢٤ سم زودى غرزة من  
على الشمال (٩٠ مرة) ثم  
اقفلى ٩٤ غرزة بعد طول  
الكول وهو : ٣٢ سم • بعد  
٣٦ سم من الطول الكلى  
زودى كل ١ سم غرزة من  
اليمنى (١٢ مرة) مع  
مراعاة تزويدها بعد البرصل  
بعد ٤٧ سم من الطول الكلى  
سدى ٦ غرز من اليمنى  
(مرتين) ثم اشتغلى البطانة  
الرقبة •

اشتغلى البطانة اليسرى  
بالعكس

الاسودة اليمنى :

ابدئى ٧ غرز • اشتغلى  
بغرزة الجرسية المقلوب •  
زودى كل سطرين ٧ غرز  
(٩ مرات) ثم اشتغلى ١٤  
سطرا وسدى الغرز مرة  
واحدة •

الان فقد انتهيت من شغل  
كل قطع البلوزة فعليك اتقان  
تركيب أجزائها ببعض  
وخياطتها •

التركيب :

اكوى كل أجزاء البلوزة  
كيا جيدا • اعمل بنسه فى  
الكتف على المسافات الاتية :

١٥ سم عرض ، ١٨ سم  
طول ، على بعد ٨ سم من  
حردة الابط • ثم اعمل بنسه  
أخرى تحت حردة الابط

بضبط الصدر : ١٥ سم  
عرض ، ٨ سم طول ، ٤ سم  
من تحت الحردة • خيطى

الاكتاف والجانبين • الجمع  
طرفى الكول ثم خيطيهما فى  
حردة رقبة الظهر • ركبي

الكول وبطنيه بالتوال تاير  
خيطى قطعتى الكم وفى  
وسطهما الباند ثم اقفليهما  
وركبيهما فى البلوزة • اطوي  
الاسورة نصفين • خيطى  
الجزء الصغير فى نصف باند

١ سم (٢٠ مرة) • بعد ٢١  
سم من طول الاستك احردى  
الباط كما يلى : غرزتان من  
كل جانب ثم كل سطرين :  
غرزتان (٥ مرات) غرزة (٦  
مرات)

بعد ٢٠ سم من حردة  
الباط سدى ٤ غرز من كل  
جهة (١٥ مرة) ، ثم سدى  
الغرز الباقيين مرة واحدة  
للرقبة •

الاكمام :

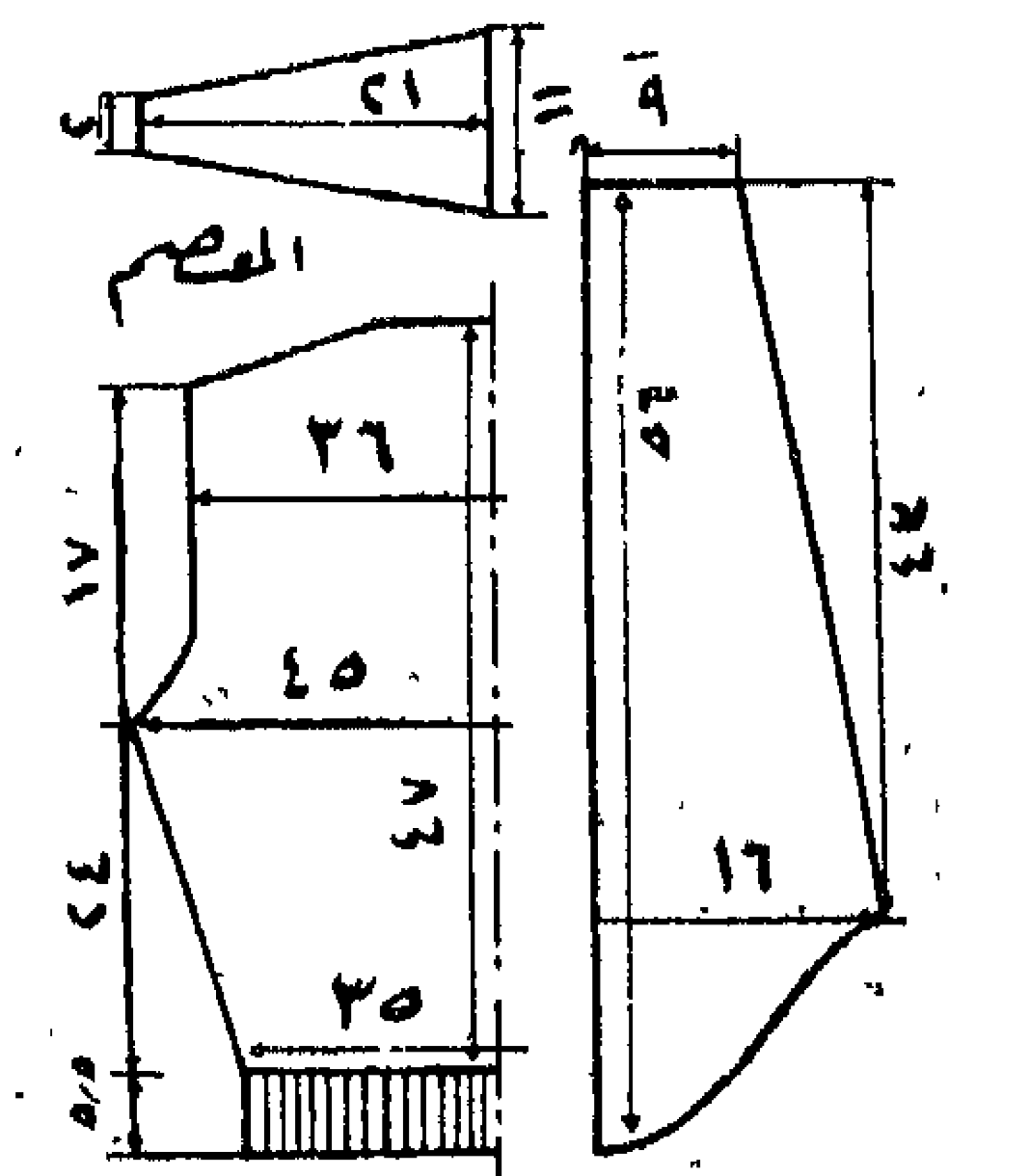
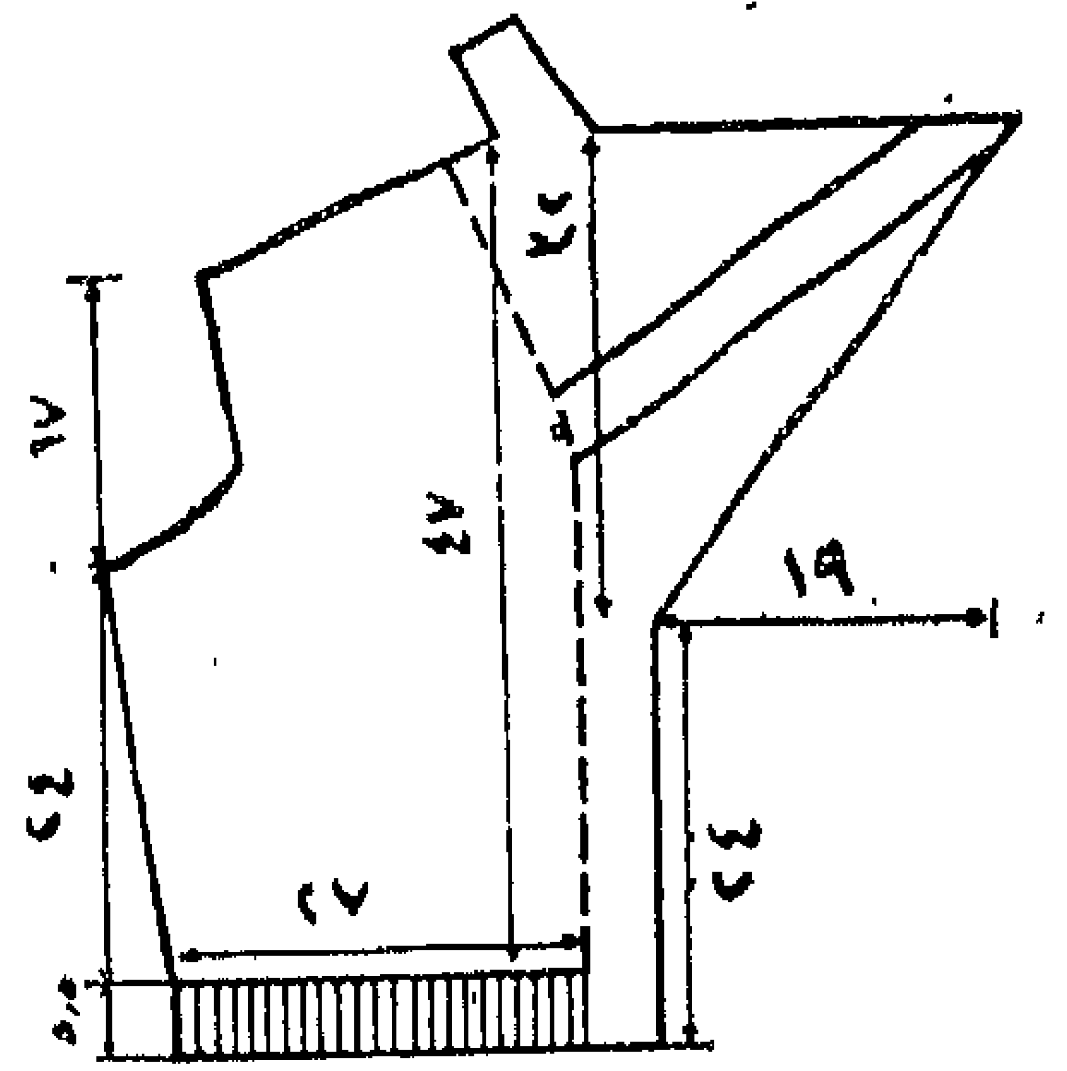
تتكون من جزئين وباند  
فى الوسط يشتغل من أعلى •  
ابدئى ١٤ غرزة زودى من  
اليمنى ٤ غرز (٣ مرات) ،  
غرزتان (مرتان) ، غرزة (١-٦  
مرة) ، غرزتان (٤ مرات)  
٣ غرز (مرتان) ٤ غرز ،  
٦ غرز ، ثم سدى من اليمنى  
غرزة كل ١ سم (٣٦ مرة)  
بعد ٥٦ سم من طول الكم  
سدى الغرز الباقيين مرة  
واحدة •

اشتغلى النصف الثانى من  
الكم بالعكس •

الباند :

الاستك بعد ٤ سم سدى

الجزء الصغير المسمى



نصف الظهر

نصف الكم



فاقترح عليه المستر سام  
أن يجرى لها اختبارا .

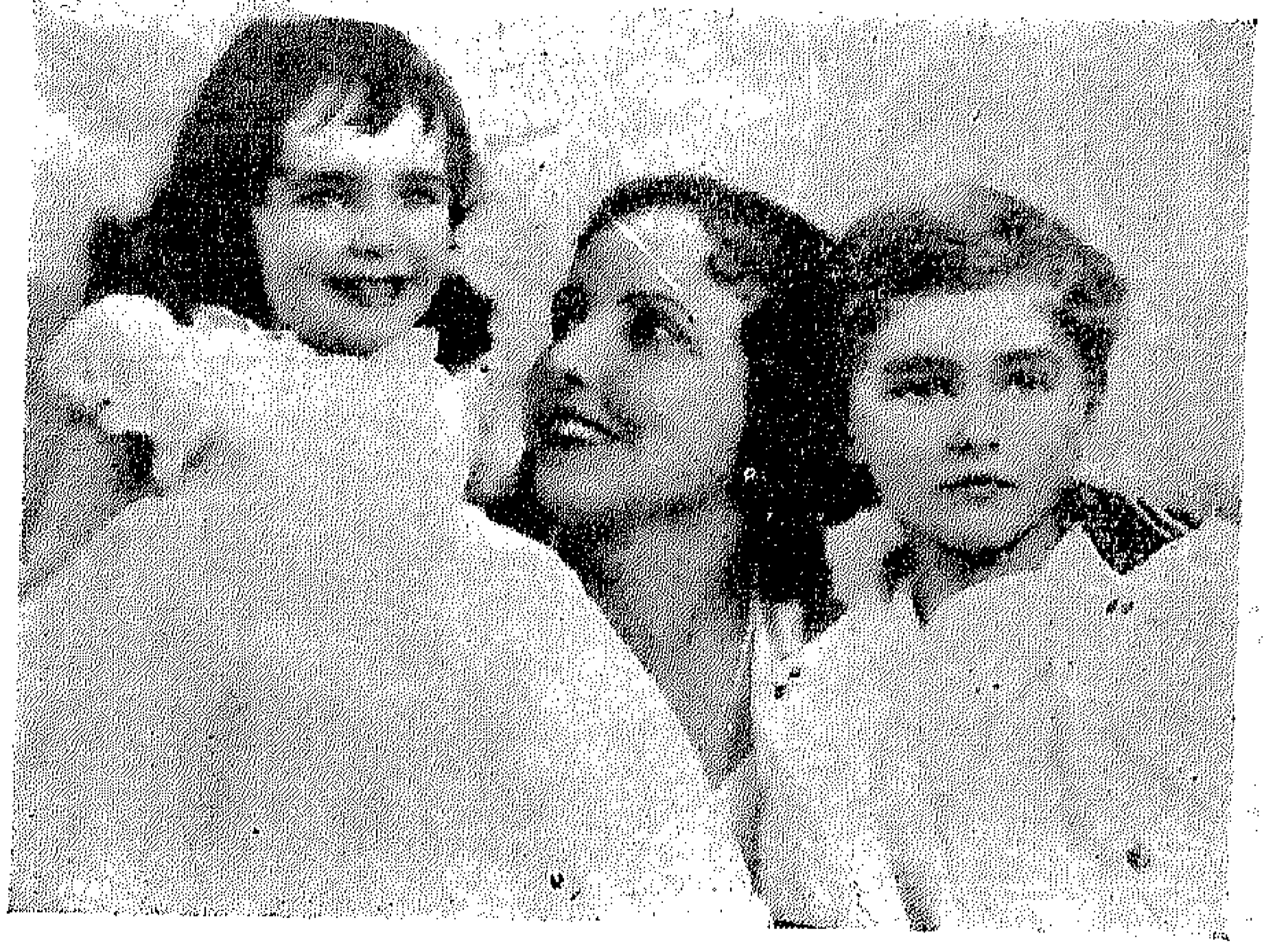
وباقى التاريخ معروف

لقد ولدت الكوكب  
اليزابث تايلور منذ ذلك  
اليوم .

أما سجلات المواليد فى  
لندن فقد سجلت منولد  
اليزابث فى ٢٧ فبراير سنة  
١٩٣٢

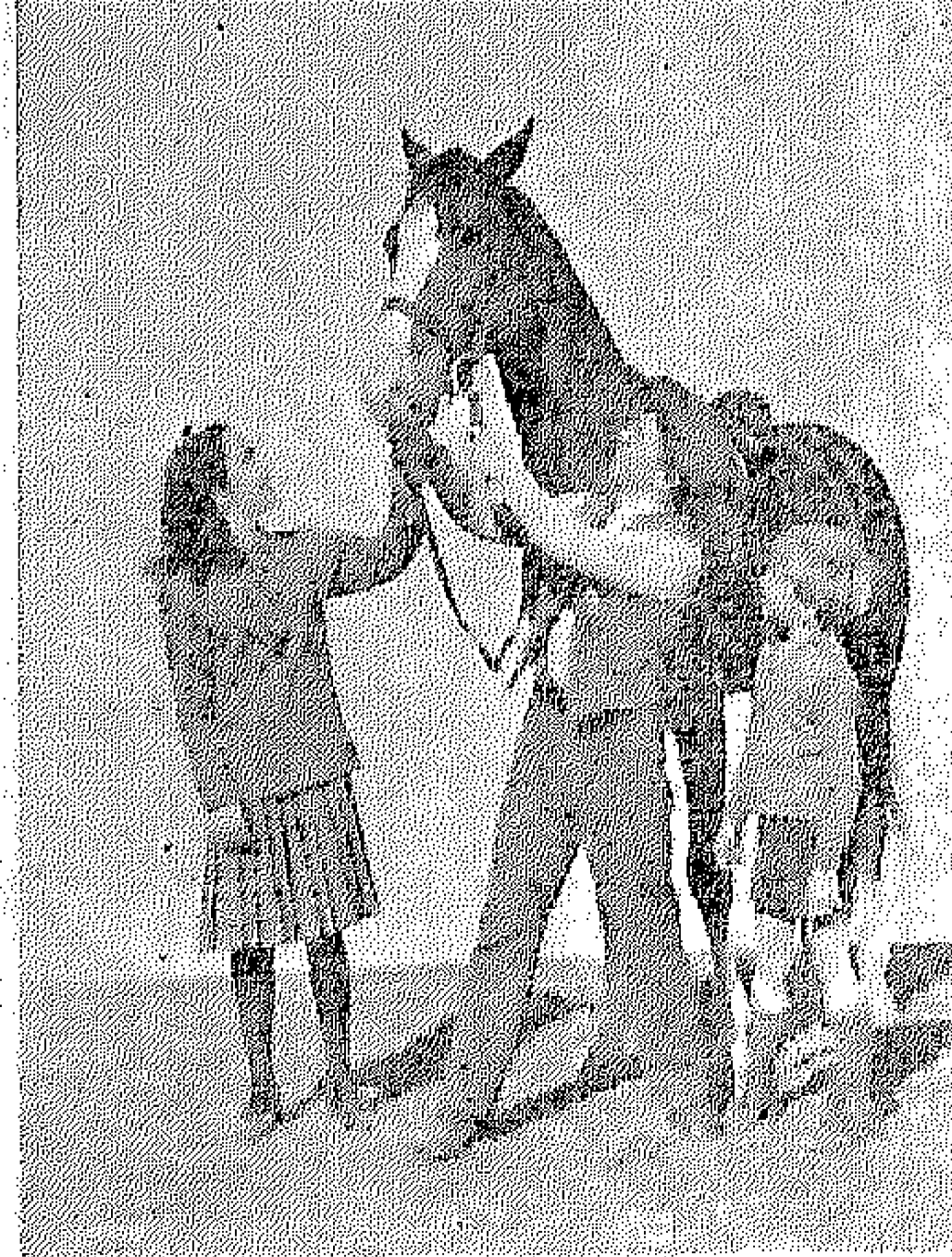
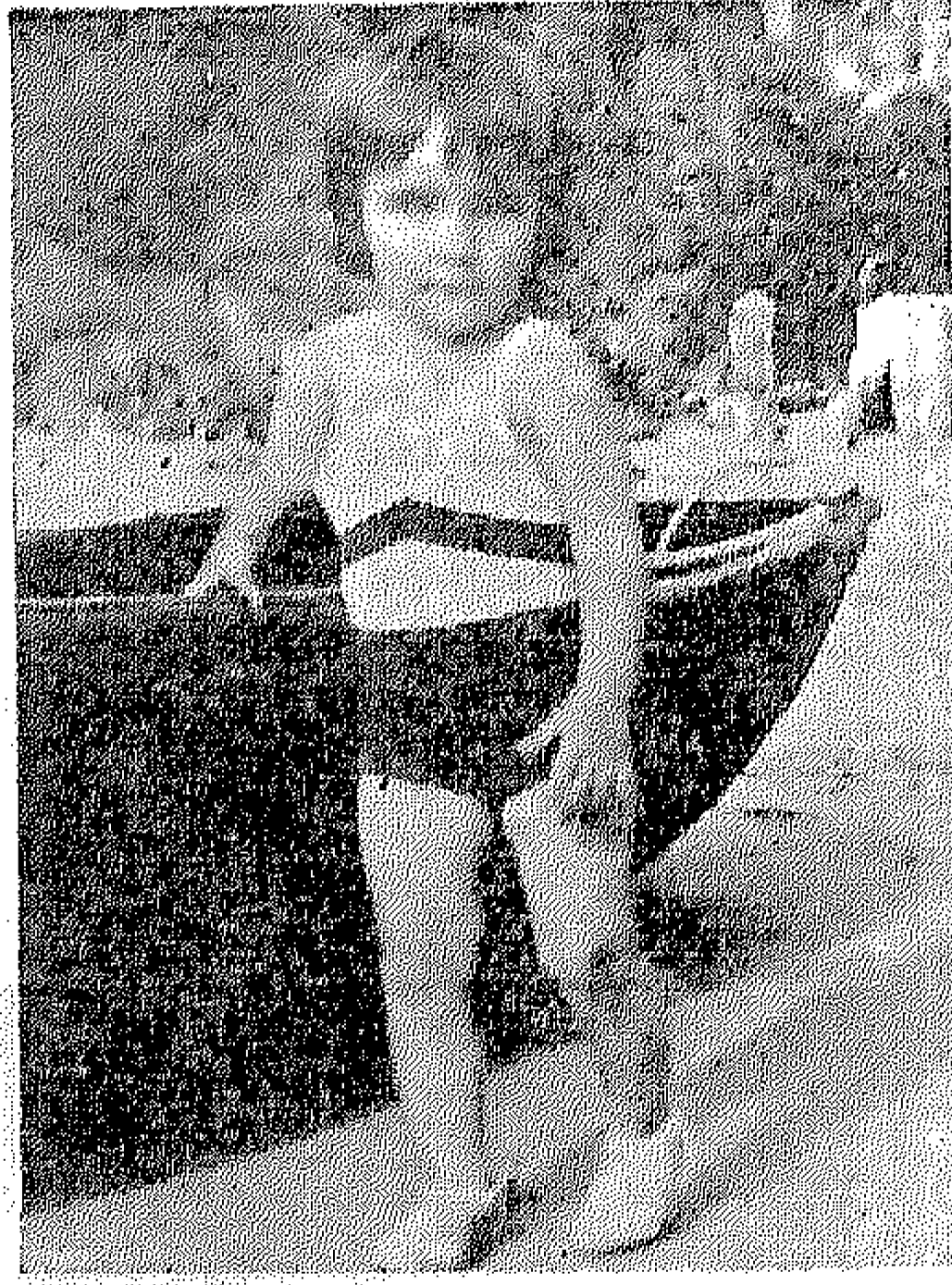
وكانت والدتها سارة  
سودرن من ألمع كواكب  
المسرح فى لندن ونيويورك  
وقد التحقت اليزابث فى

# اليزابيث تايلور



فى احدى الليالى الممطرة  
من عام ١٩٤٢ التقى المنتج  
المعروف صمويل ماركس  
مع بائع تحف يدعى  
فرانسيس تايلور ويسكن  
فى تلال بيغرى . ولم يكن  
هناك معرفة سابقة بين  
الرجلين ولكن الصدفة  
المحضة جعلتهما يلوذان  
بباب أحد الدور. اتقاء للمطر  
وكان سام ( اختصار  
صمويل ) يبحث عن طفلة  
فى العاشرة من عمرها  
لتمثل دورا رئيسيا فى أول  
أفلام ( لاسى ) - القلب  
الكبير - وكان على شئ من  
القلق لفشله فى العثور على  
الطفلة المنشودة . ولم يكن  
أحد يعرف ما يفكر فيه  
تاجر التحف فى تلك اللحظة  
القصيرة التى وقفاها معا لقد  
تم التعارف بينهما وتحدث  
سام عن مشكلته التى تقلقه  
فقال المستر تايلور ان له  
ابنة فى العاشرة من عمرها  
لها مواهب فى التمثيل





السباحة وركوب الخيل  
وهي تجيد العزف على  
البيانو

وتهوى بجانب هذا وذاك  
النحت والرسم بالزيت  
وترى القارئات على هاتين  
الصفحتين صوراً مختلفة  
لايلازابيث تايلور تمثلها في  
أدوار حياتها المختلفة منذ  
نعومة أظفارها الى اليوم ..  
ويلاحظ انها في جميع  
أطوارها كانت مثالا يحتذى  
لمثلات السينما .

ماير  
ويبلغ طول اليزابيث  
خمس أقدام وأربع بوصات  
ونصف بوصة

وتزن ١٠٨ أرطالا  
وعيناها في لون البنفسج  
وشعرها أحمر داكن  
وهي تحب الحيوانات  
وعلى الاخص الارانب  
والسناجب والسحفاة والبط  
والكلاب والقطط . وقد  
ألفت عام ١٩٤٦ كتاباً عن  
السناجب  
ورياضتها المفضلة هي

لندن بمدرسة بايرون . ولما  
بلغت السابعة من عمرها  
كانت سحب الحرب العالمية  
الثانية قد تجمعت فوق  
أوروبا ، فأرسلها والدها  
مع والدتها وأخيها هوارد  
الى باسادينا ليعيشوا مع  
والديه ولم يلبث أن انضم  
اليهم بعد ستة أشهر حيث  
أسس معرضاً للتحف في  
تلال بيفرلي

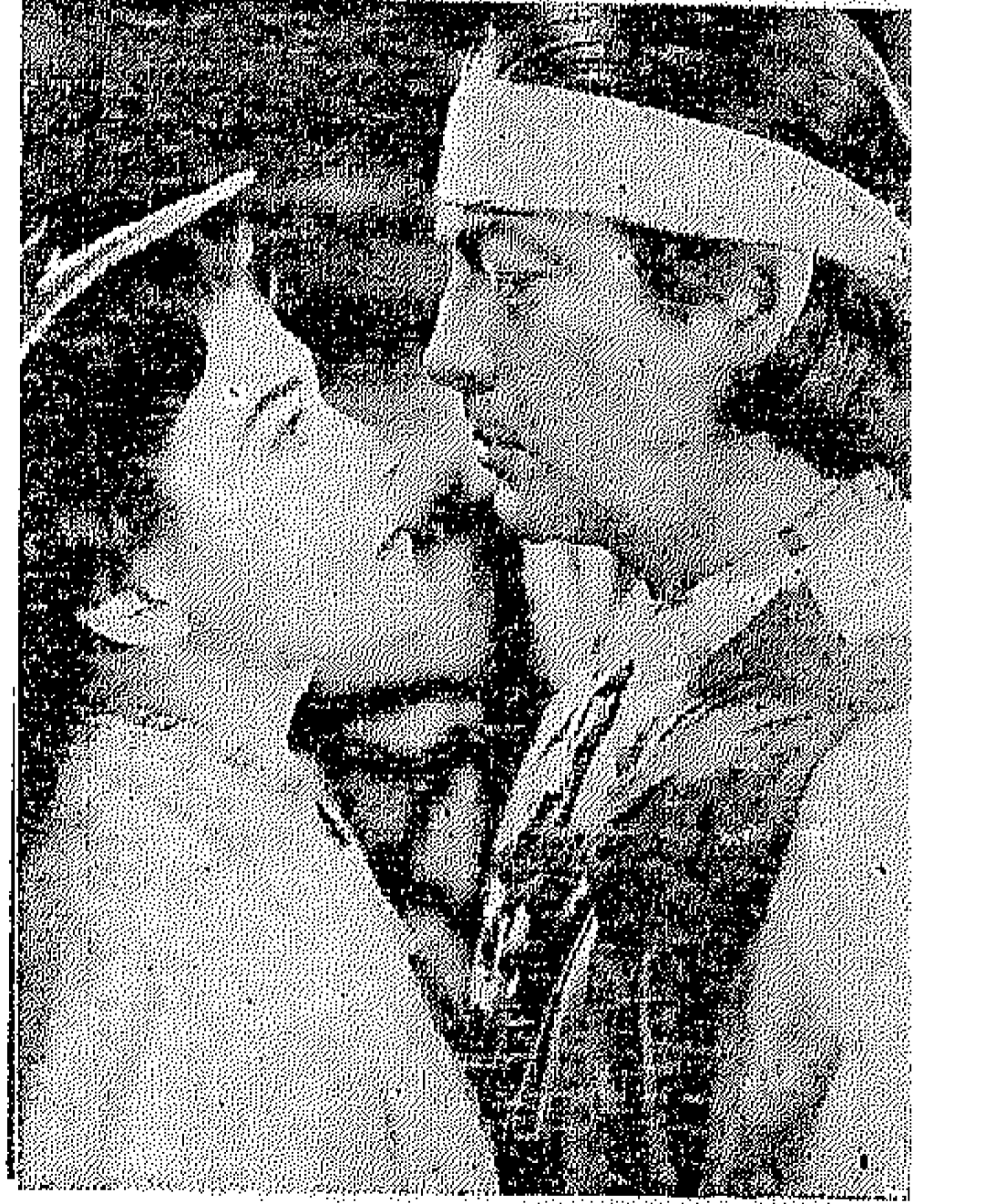
وقد أكملت اليزابيث  
تعليمها في مدرسة  
ستوديوهات مترو جولدوين





# في سينما مترو بالقاهرة

## ممر الشيطان



هذه قصة تعد من أروع أقاصيص المغامرات التي تدور حوادثها في الغرب ، حافلة بكل ضروب البطولة ، والشجاعة والمفاجآت التي تبهر النفوس وتستولي على المشاعر ، أنتجت بها مترو جولدوين ماير انتاجا نفيسا رائعا وأسندت بطولتها الى الكوكب اللامع روبرت تايلور الذي يقوم فيها بأبدع أدواره التمثيلية مع مجموعة ممتازة من أبطال الشاشة النابھين أمثال لويس كاليرون ، بولا رايموند ، ماشل تومبسون وجيمس متشل وغيرهم ، وهي من اخراج انطوني مان وتقدمها سينما مترو بالقاهرة ابتداء من اليوم مصحوبة بالترجمة العربية على نفس الشريط والصورة تبين روبرت تايلور وبولا رايموند في أحد مواقف هذه القصة الدرامية العنيفة .



أصبح الجمهور المصري مشكلة كبرى في نظر منتجي السينما المصريين ولست أستغرب ذلك لان المنتجين لم يحاولوا قط دراسة ميول ورغبات هذا الجمهور وساروا في انتاجهم على سياسة لا أستطيع أن أصفها بالحكمة لانهم يفرقون بين طبقات الجمهور وينتجون لطبقات معينة بحجة ان هذه الطبقات هي التي تقبل على أفلامهم من دون الطبقات الاخرى التي اتجهت الى الافلام الاجنبية وآثرت مقاطعة الافلام المصرية .

والجمهور المصري مظلوم أو هذا ما أعتقد ، فانه لم يبخل قط بتشجيع الافلام المصرية والاقبال عليها والتحمس لها في كل وقت ، واذا لم يكن الامر كذلك فكيف أمكن أن تفوز الافلام الجيدة بالنجاح العظيم الذي نلمسه جميعا .

ان العيب ليس في الجمهور ولكنه في الانتاج والجمهور مستعد في كل وقت أن يقف بجانب المجيدين وان يشيد بفضلهم وكل ما تغير فيه أنه أصبح جمهورا متيقظا يبحث عن التسلية الجيدة المفيدة لقد تطور الجمهور المصري مع الزمن ومع تطور هذه الصناعة العالمية ولكن المنتجين المصريين أيوا ان

يعترفوا بهذا التطور ولقد فشل النقد في توجيه الانتاج . . فشل للخصومة القائمة بين المنتجين والنقاد أو على الاصح لسوء ظن المنتجين بالنقاد ولاستهانتهم نتيجة لذلك بكل نقد يوجه اليهم . وأسباب ذلك كثيرة لا محل لذكرها الان . فلما فشلت رسالة النقد تولى الجمهور الامر بنفسه فأعرض عن المنتجين الذين حولتهم المطامع عن الانتاج الحسن . ان السينما لم تخرج عن كونها صناعة ، وهي كاية صناعة أخرى تقوم على أسس تجارية بحتة الغرض منها جمع المال والربح . وليس في ذلك منقصة للسينما كما لا أحتاج ان أقول اذ لولا الارباح الطائلة التي جنتها السينما لما استطاعت ان تقف على قدميها ولا أن ترتقى كل هذا الارتقاء وتصل الى ما وصلت اليه ، فاذا تقاعد الصانع عن تحسين صناعته ومباشرتها بما يضمن لها الارتقاء والرواج ، بارت صناعته ولم تجد من يقبل عليها .

ولعل من أهم الاخطاء التي وقع فيها المنتجون هو اعتمادهم على طبقات معينة من الشعب فاضطروا الى حصر انتاجهم في دائرة خاصة لم يستطيعوا تجاوزها والى الهبوط به الى مستوى هذه الطبقات فحدوا بذلك موقفهم ، وفقدوا عطف الطبقات الاخرى التي لم تجد في أفلامهم ما يغري بالاقبال عليها فآثرت

الاعراض كما أسلفت . ولا يختلف اثنان في ان هذه سياسة خاطئة جانبها التوفيق وانه كان من الواجب ان يحدث العكس . ولقد أثبتت التجارب والاحصائيات ان نفس هذه الطبقات التي يعتمد عليها المنتجون تقبل على مشاهدة الافلام الاجنبية بما لا يدع مجالا للشك في قدرتها على تفهم تلك الافلام واستيعابها ، فلماذا لا نحاول اذن - مع اعترافنا بفضل هذه الطبقات علينا واستعدادها لتقبل الانتاج الجيد - أن نرفعها اليها بدلًا من الهبوط الى مستواها ونكسب بذلك في نفس الوقت ثقة الطبقات الاخرى ان الافلام لا يمكن أن تنجح وان تغل ايرادا طيبا اذا لم تكن مقبولة من الجمهور الذي تصنع من أجله ، فالاعتماد على الحظ - كما نفعل - لا يكفي وانما يجب ان نعتمد على دراستنا لجمهورنا وعلى معرفة الاتجاهات والتيارات المختلفة التي تسيطر عليه . يجب ان نعين أهدافنا وان نسير على قاعدة صحيحة في انتاجنا ويجب ان ندرك أننا نتولى قيادة الشعب بأخطر وسائل القيادة الحديثة

ولا يتسع المجال لذكر كل ما في صدرنا فحسبنا هذه الكلمة الهادئة التي نرجو ان يكون لها صدى لدى المنتجين الذين لا يسعنا الا أن نطلب لهم الهداية والسداد وبلوغ الرشده .

محمد عبد القادر المازني



## خلف الكاميرا

♦ بدأ العمل منذ أيام في المناظر الخارجية في فيلم ( طيش الشباب ) وذلك بعد أن انتهت المناظر الداخلية التي صورت في ستديو ناصيبيان .

♦ تنوي السيدة عزيزة أمير إنتاج فيلم بالالوان وبذلك يكون هذا الفيلم الخامس الذي ينتج بالالوان بعد فيلمي بابا عريس وست الحسن وفيلم محمد فوزي اللذين لم يعرضا بعد . .

♦ كادت ماري كويني تنتهي من عمل مونتاج فيلمها ( ضحيت غرامى ) وذلك بعد أن عوفيت من مرضها كما بدأت في إنتاج فيلم ( ابن النيل ) الذي يخرجها لها يوسف شاهين مخرج ( بابا أمين ) .

♦ انتهى الموسيقار محمد عبد الوهاب من اعداد فيلمه ( بلد المحبوب ) للعرض وذلك بعد أن عاد من أوروبا حيث كان يتفق مع بعض الجهات على توزيع أفلامه .

♦ تقوم مريم فخر الدين بدور البطل في فيلم ( ليلة غرام ) إنتاج عبده نصر .

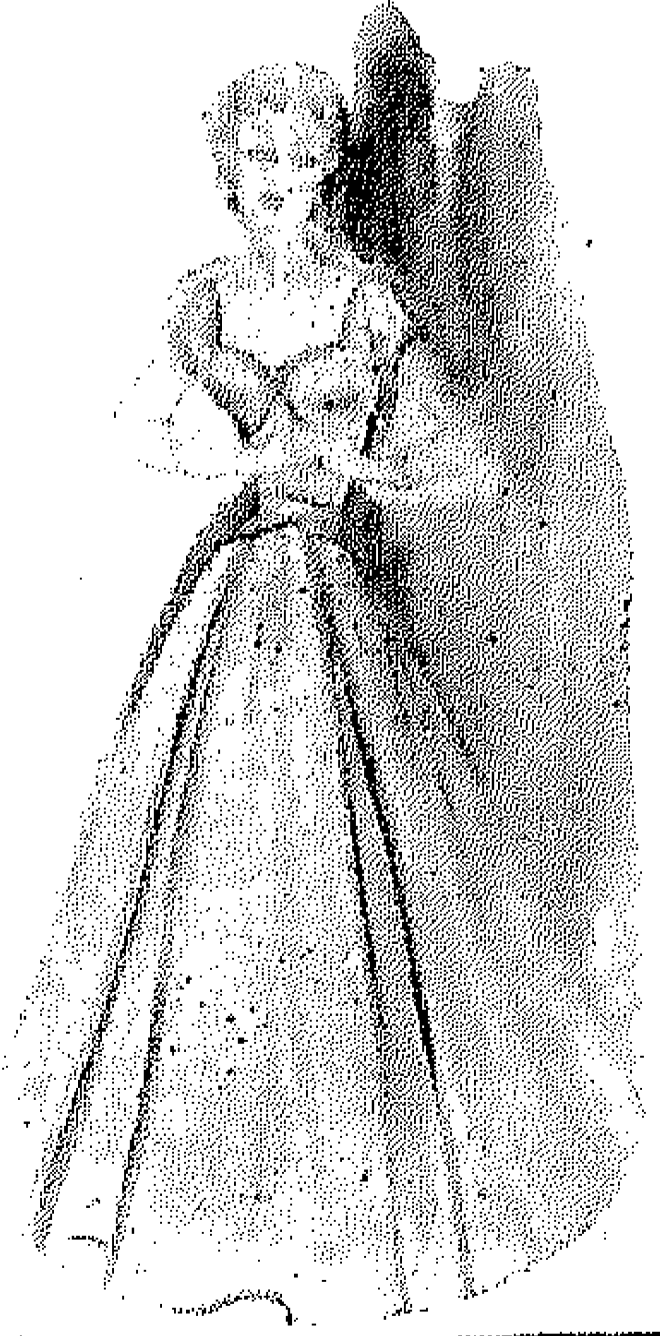
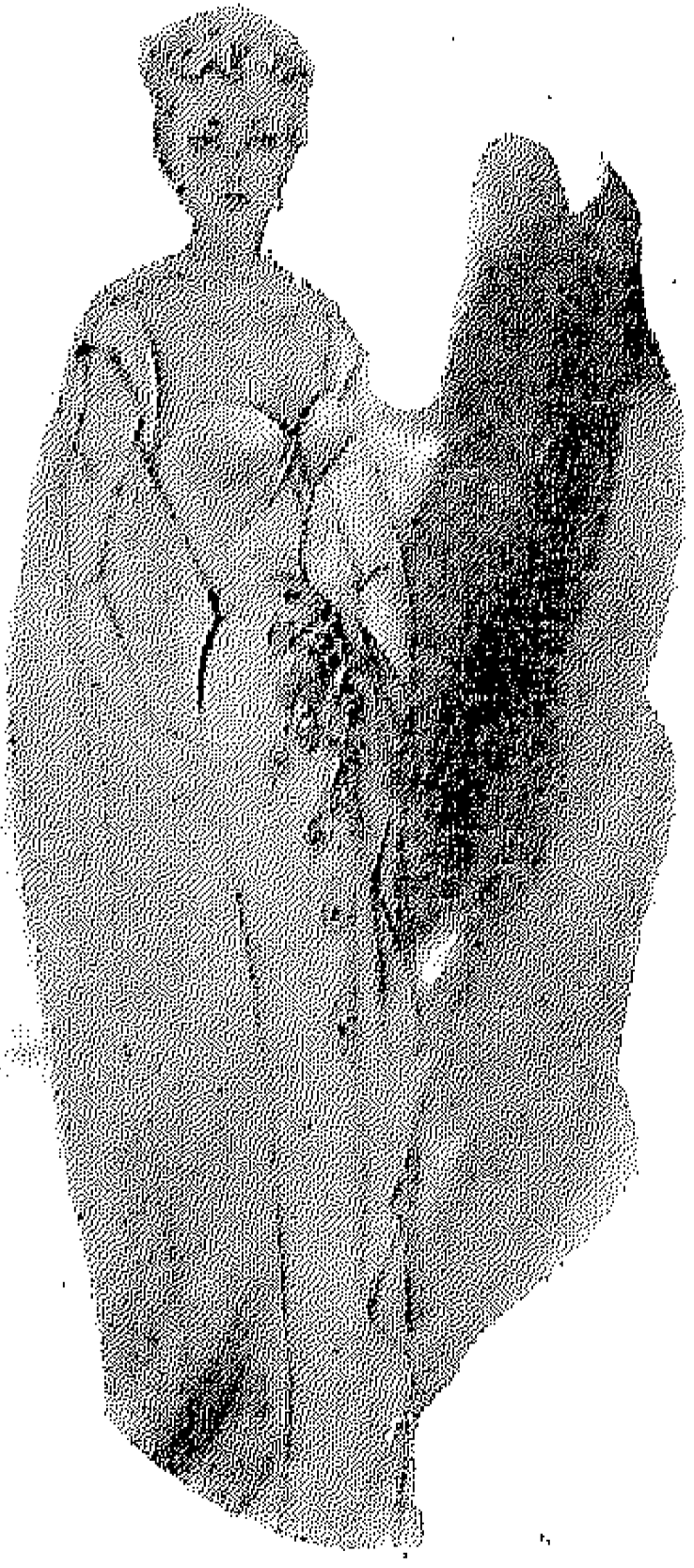
♦ ضربت شركة الافلام العربية رقما قياسيا في الانتاج فلديها الان ما يقرب من أربعة أفلام معدة للعرض .

## هيدى لامار

من أزياء خلاصة عرفت كيف  
تأثر بها قلب شمشون

فيلم

## شمشون وقليله



قصة الصراع بين الحب والبغض  
والوفاء والخدر

يفرض ابتداء من اليوم

## بسينا ديانا

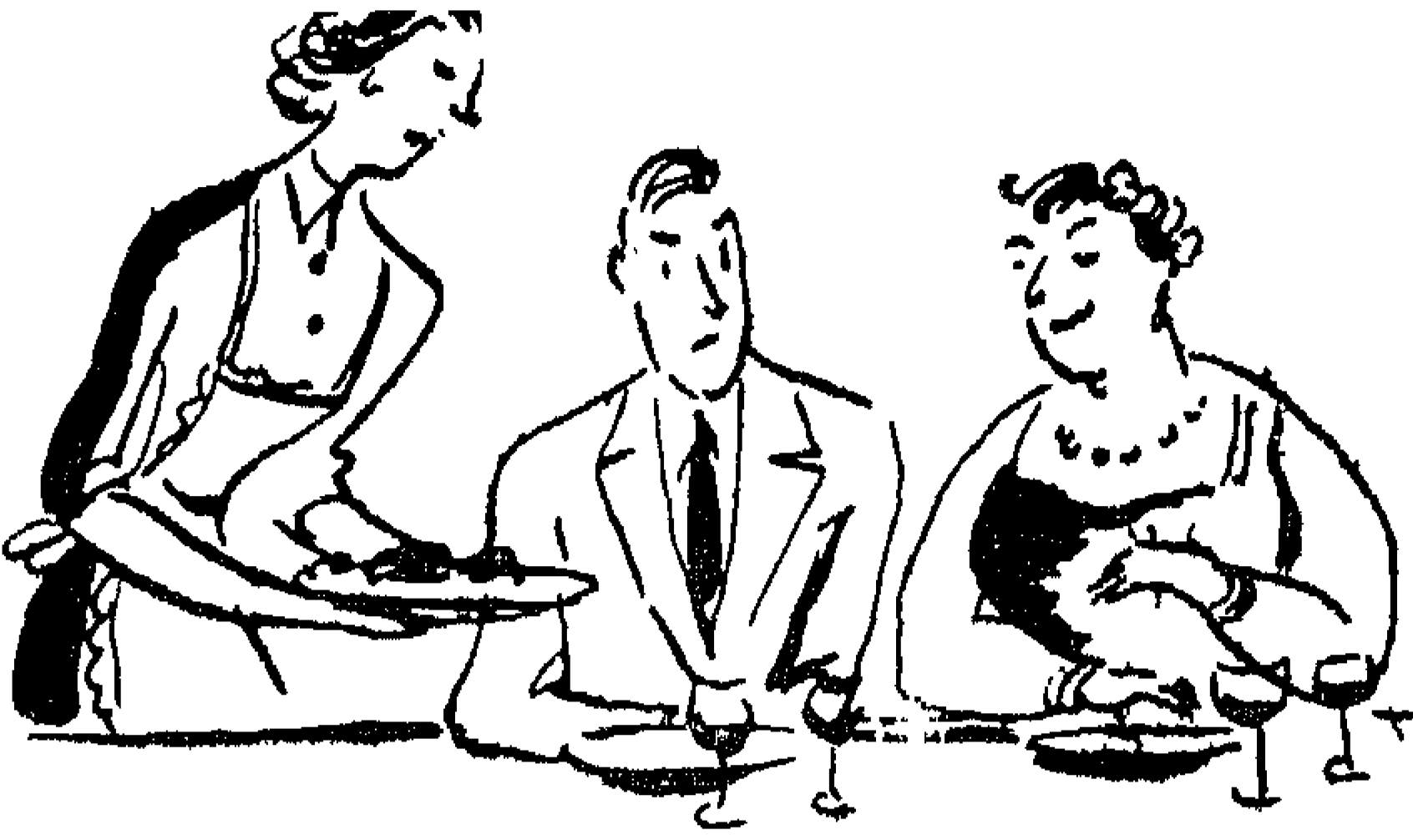
## ماركو بولوس

٤٣ شارع ابراهيم باشا

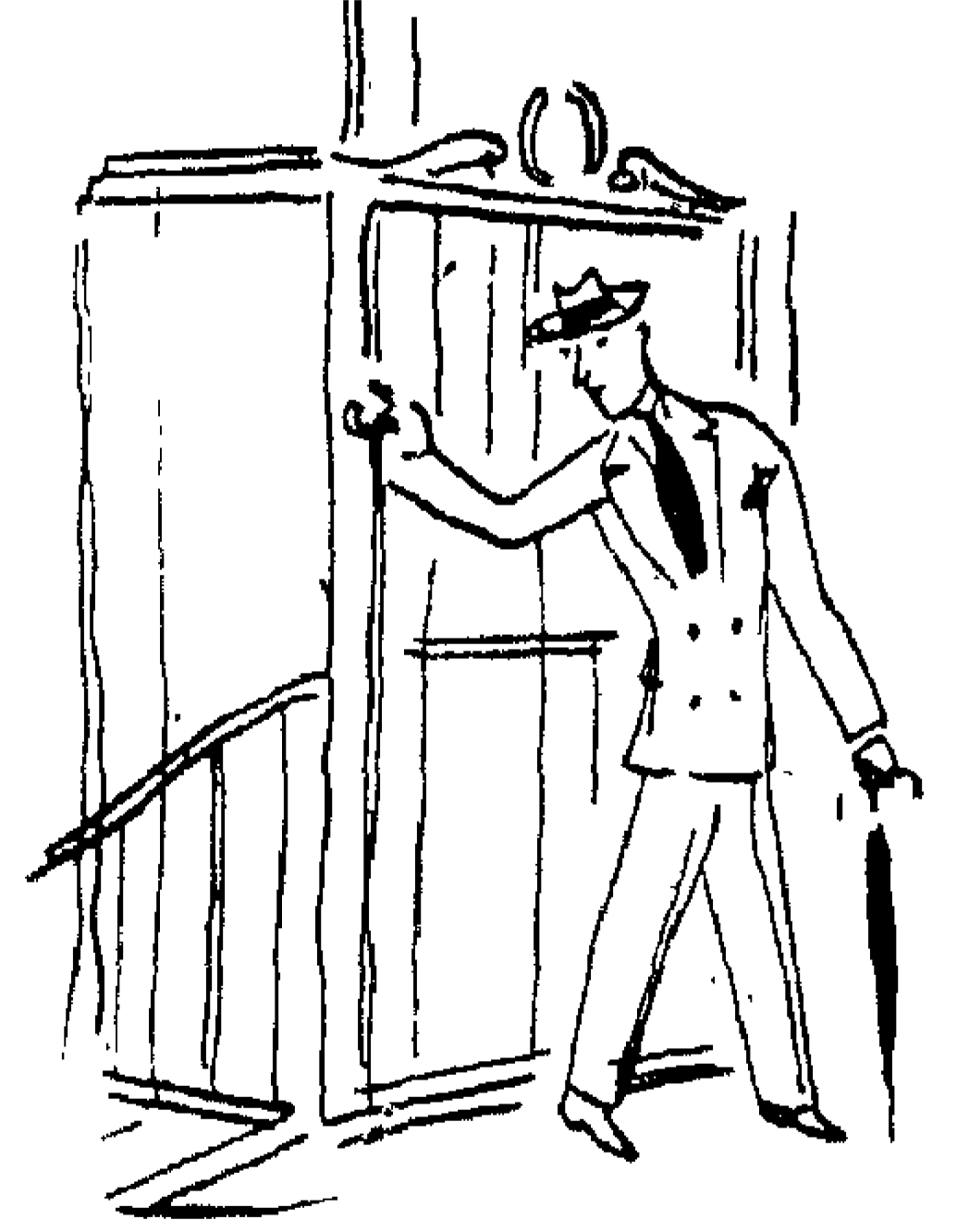
لهذا الشاء انتجى الفداء  
من أجمل المجموعات المنقاة



# عليك واجبات...! إن كنت ضيفا

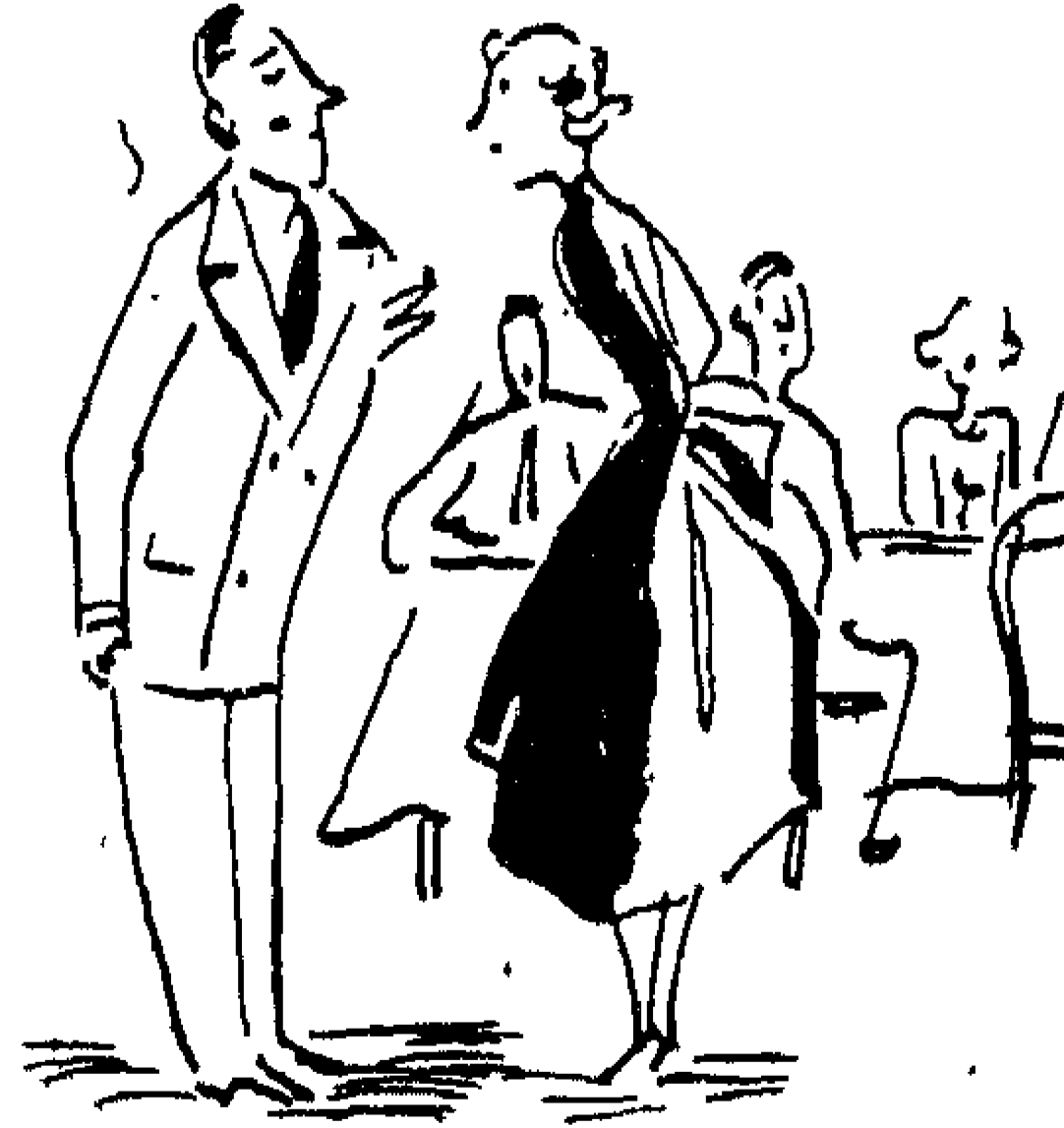


امتدح الطبق الذي أعدته ربة  
المنزل ولو كنت تكرهه .



انزل المصعد ليستعمله  
غيرك من الناس

لا تظهر تضاييقك ان عبثت  
طفلة المنزل بشعرك . بل داعبها  
واظهر سرورك منها .



لا تصل متأخرا ساعة عن  
موعد العشاء مدعيا أنك كنت  
في اجتماع هام .

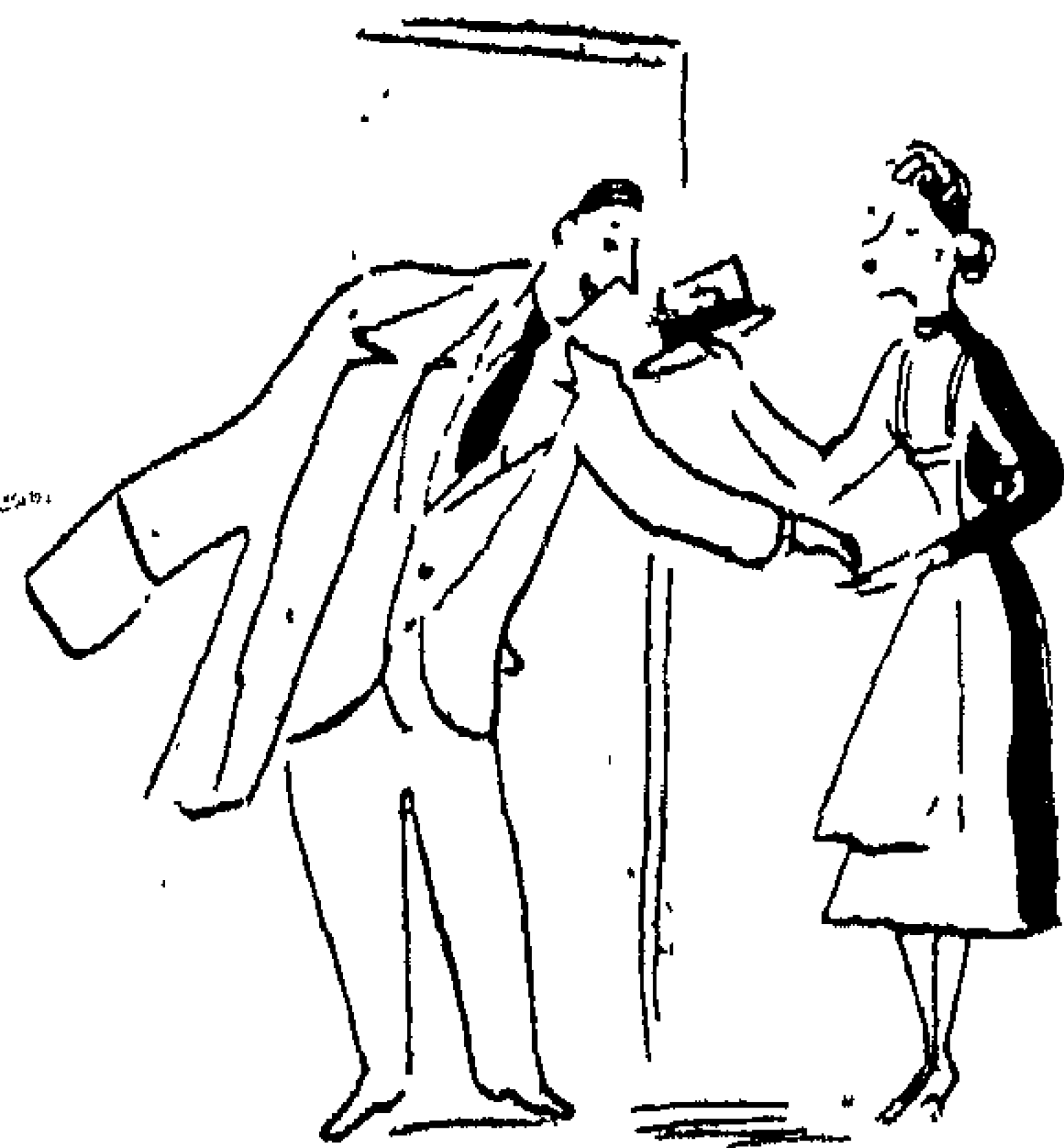


لا تعطي رقم تليفون مضيفك  
حتى لا تزعج المدعوين بقيامك  
للرد على الاشارات التي ترد  
اليك أثناء العشاء .

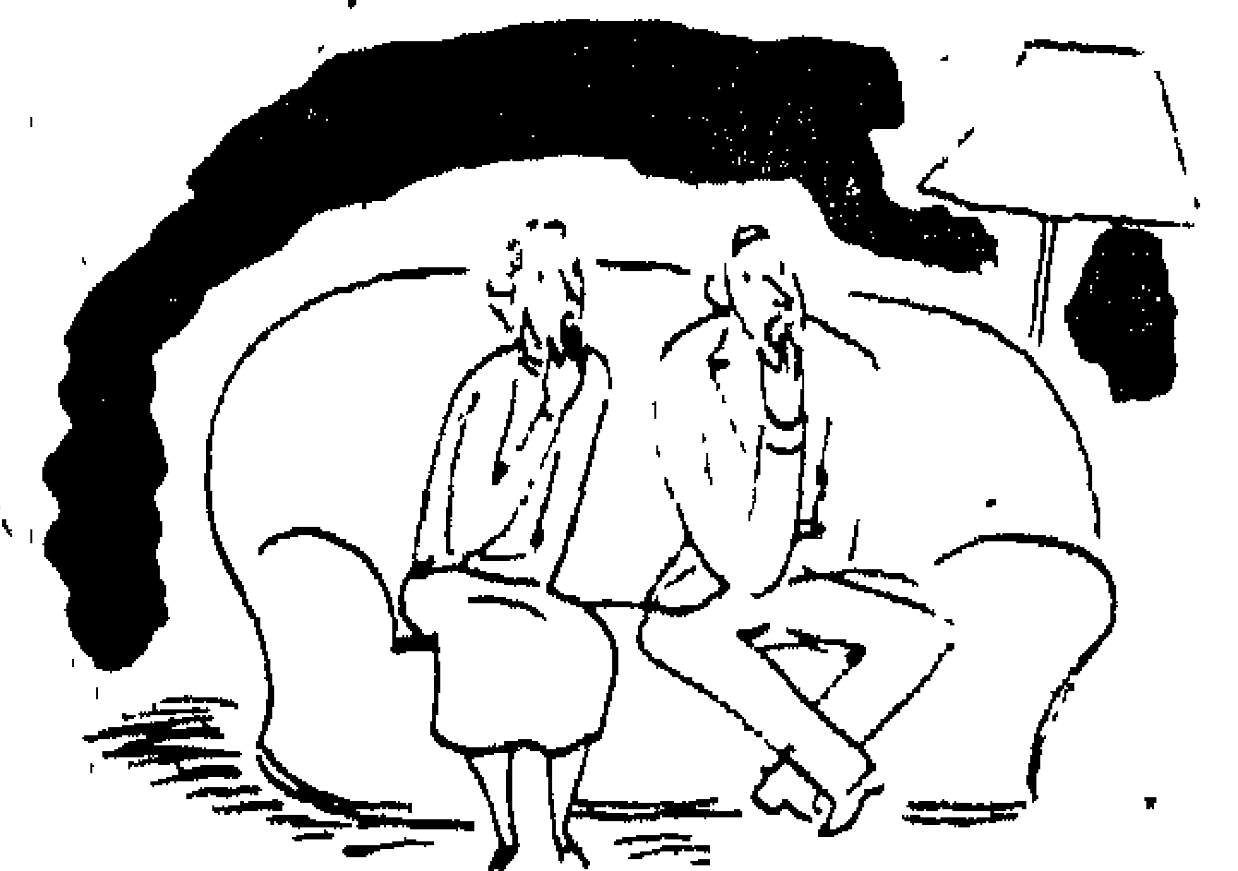
أشكر الخادم أو الخادمة  
عندما يناولك معطفك  
وطربوشك ولا تتجاهلها .



لا تطيل السهرة واستأذن  
بالانصراف ان لاحظت ان  
مضيفك بدأوا يتشاءبون .



لا تتكلم بصوت مرتفع وأنت  
تهبط السلم بعد السهرة ان  
أغلب الناس ينامون بعد  
منتصف الليل فلا تزعجهم  
لمجرد أنك تجد شهية للكلام .





# مساعيته الرشي

الواحدة ما ادخروه فتيمة  
طويلة ويحضر الحفلة كما  
يحضر الطلبة محاضرة علمية  
فان ما يدفعه هؤلاء للاسف  
الشديد لا يغطي ما تتكلفه  
حفلة واحدة ..  
واليوم دغم تقدم الفن  
وكثرة معامده لن تجد كثيرا  
من المتفرجين لان المجتمع لم  
تعد لديه الآلى والمجوهرات  
ليعرضها في أمثال هذه  
الحفلات والى أن تعود الثروات  
الى الظهور سيظل المسرح  
نائما وستبقى السينما هي  
المفضلة .  
جميل على حمدي

أمضت بافلوفا في المعهد  
سبع سنوات تلقت فيها  
دروسا منظمة في الرقص  
والموسيقى وما ان انتهت فترة  
دراستها بالمعهد حتى بدأت  
حياتها الجديدة كراقصة باليه  
سرعان ما احتلت المكان الاول  
بين معاصريها في الرقص  
ولم تشغلها الشهرة عن  
الاستمرار في دراستها للفن  
واتصالها بأكبر أساتذته  
فضربت بذلك مثلا رائعا  
لحياة الفنانة التي تحافظ على  
سمعتها وسمعة الفن الذي  
تنسب اليه .

قليل منا يعرفها فلا  
تعجبوا اذا قلت أن مكانتها  
في الباليه كمكانة بيتهوفن  
من الموسيقى  
« .. انها تستطيع السير  
فوق حقل قمح دون أن تنثنى  
شجيرة من شجيرات هوى لا  
ترقص بل تطير ! »  
هكذا قال النقاد عنها يوم  
كانت في أوج شهرتها ، أما  
اليوم بعد أن قضت حياتها  
فانهم يكتفون بتسميتها ..  
بافلوف مؤسسه الباليه  
الحديث ..

لقد كانت عند ولادتها  
ضعيفة البنية هزيلة ، ولكن  
محتها أخذت تتحسن بعد  
انتقالها مع والديها من  
بترسبرج عاصمة روسيا  
القيصرية الى بلدة ( ليجوفا )  
التي تمتاز بمكانها الريفى  
الهادى وفي هذا الجو الطبيعى  
قضت ( أنا بافلوفا ) أيام  
طفولتها فأحبت الطبيعة ونشأ  
بينهما تفاهم صامت ترجمته  
هى فى مستقبل حياتها الى  
رقصات معبرة يفهمها كل من  
يحب الطبيعة ويدرك سرها .  
بل انه فى أوج شهرتها كانت  
أزهار بافلوفا وعصفورها  
الصغير فى شهرة حمار  
الحكيم وعصاه .

ذهبت ( أنا ) الصغيرة  
يوما بصحبة أمها الى حفلة  
راقصة فشهدتا معا رقصة  
خلبت لب الصغيرة فلما  
عادت الى منزلها لم تنصرف  
الى لعبها أو الى غرفة نومها  
بل أخذت تقلد بعض الحركات  
التي شاهدها على المسرح ،  
ورأتها أمها على هذه الحال  
فشجعتها ووعدها بأن  
تلتحقها بمعهد للرقص عند ما  
تبلغ السن المناسبة لتعلم  
الرقص وبقيت الام عند  
وعدها وفى العاشرة قدمتها  
الى معهد للرقص فقبلت بعد  
امتحان عسير اجتازته سبع  
فتيات من حوالى مائة فتاة .

اجتمعت عند بافلوفا  
مستحدثات المذهب الابداعى  
الذى انتشر فى أوروبا منذ  
نهاية الثلث الاول من القرن  
التاسع عشر . مع أسس  
المذهب التقليدى التى  
تعلمتها فى صغرها  
وبالإضافة الى مواهبها الفنية  
الكبيرة وحبها للطبيعة خلق  
رقصها مدرسة جديدة آمنت  
بها عاشقات الرقص المعبر  
( الباليه ) ولم لا فقد قضت  
حياتها الفنية متنقلة بين  
عواصم العالم فكانت فى كل  
بلدة كالشراة تشعل فيها  
نار فن تضىء ولا تحرق ،  
فأثارت الطريق لغيرها ،  
وكانت مثلا يهتدى به  
غيرها .

ولكن ( بافلوفا ) مع ذلك  
لم تكن راضية عما أحرزته  
من نجاح كبير فى حياتها  
لان الجمهور لم يكن يصفق  
لتلك الافكار التى كانت تجهد  
نفسها فى عرضها وانما  
لمقدرتها الكبيرة على التحرك  
والجرى على أطراف أصابعها  
لقد اشتهرت بافلوفا حقولكن  
شهرتها كانت لان حفلاتها  
كانت معرضا للازياء والمواد  
فجاء إيرادها كبيرا أما اذا  
حاولت أن تقتصر على هؤلاء  
الذين يدفعون فى التذكرة

## أحسن أصواف التريكو هى فقط التي نسحق تعبك

ان التي تضيق الساعات في شغل  
التريكو بعرف من نوع  
رخيص هي كالتى تشتري قاشا رخيصا  
وتعود به الى خياطة من الدرجة  
الاولى . طبعى ان صوف بيهاف فنجرينج  
"Beehive" Fingering ، وهو احسن صوف  
للتريكو فى العالم ، يكافئ اكثر قليلا  
من الاصواف العادية ولكنه يمتاز  
بانه معالج بطريقة « باتون »  
( Patonised ) اى انه شديد  
المقاومة للانكماش والتمدد  
وفقدان الوبر . تاكدي من  
وجود البطاقة التي تحمل  
الكلمات PATONS  
BEEHIVE FINGERING  
PATONISED .

الربح كل البيع  
في العالم  
أصواف التريكو "بيهايف"  
BEEHIVE  
FINGERING

صنع PATONS & BALDWIN LIMITED, إنجلترا

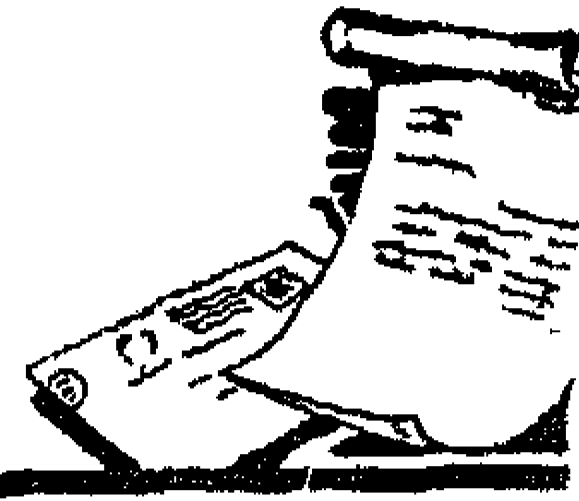
المعهدون الوحيدون لبيع صوف « بيهاف » :

القاهرة : "ميزون فرانسيز" بعمارة الامبوليا . محل "الفن والجمال" ٣١ سليمان باشا .  
عمل "سوتيا" شارع سليمان باشا . محل "فن التطريز" ١٩ قصر النيل .  
مصر الجديدة : محلات "خريستو" ١٦ شارع اسماعيل  
الاسكندرية : "ميزون فرانسيز" ٢٦ فؤاد الاول . محلات "أورليس" ٤٩ شارع النبي داليا .  
"ميزون ايفان" شارع بلوز ابراهيمية  
بور سعيد : "بازار ايكودوميك" (ن. باسيلييا) فؤاد الاول . "المغربى الديمقراطى" فؤاد الاول  
الاسماعيلية : "أوروزدى باك" شارع ليجريلى . "العرب اخوان" شارع ليجريلى  
السويس : "أوجران شيك" (دانييليس) شارع اسماعيل باشا  
طنطا : "أخوان باروخ" شارع البورصة  
المنصورة : "أحمد عبد الهادى وولده" شارع السكة الجديدة





# بريد النبل



آنسة كريمه احمد ابراهيم سعد  
ميت القرش : ميت غمر :

يفرط الرمان ويفسل جيدا تم  
احفظيه في المحلول السكرى الاتى  
١ لتر ماء ، ١ كيلو سكر سنتر فيش  
٣ جرام ملح ليمون

الطريقة : ضعى السكر والماء على  
النار حتى يدوب السكر ثم اضيفى  
ملح الليمون واتركيه يغلى مدة ١٠  
دقائق والى أن يصل الى ٥٠ درجة  
(أوتوكلاف) بميزان السكر وإذا لم  
يكن لديك هذا الميزان فاخترى  
عقد السكر باسقاطه من ملعقة  
فعندما يسقط على هيئة نقط  
مقاطعة يرفع من على النار . ضعى  
فرط الرمان في برطمانات وصبى  
عليها المحلول السكرى السابق  
واحكمى الغطاء كما ياتى :

طريقة التعقيم : احضرى حلة  
كبيرة وافرشى قاعها بطبقة من قش  
الصينى ولقى كذلك البرطمانات  
المراد تعقيمها فيقضى جذرائها بهذا  
القش ثم توضع منتصبة فوق القش  
في قاع الحلة وتملأ الحلة الى ثلاثة  
أرباع طول البرطمانات بالماء البارد  
وترفع على النار الهادئة لتغلى مدة  
ثلث ساعة ثم تترك وتطفأ النار  
وتترك البرطمانات داخل الحلة حتى  
يبرد الماء . ثم تجفف البرطمانات  
وتحفظ في الدواليب . وهذه هى  
الطريقة التى تحفظ لك الفاكهة لمدة  
سنة أو سنتين .

حائزة ع.ح. ميت غمر :

ان ماتشكين منه هو حب الشباب  
ويمكن معالجته بالامتناع عن أكل  
المواد الدهنية والحارقة مثل التوابل  
وعدم لمس باليدين . امسحيه جيدا  
بالكحول وضعى عليه شيئا من  
بودرة التالك . اكتبى لنا بالنتيجة .  
أ.ع. الاسكندرية :

(١) اكثرى من تناول المسود  
التشوية وقللى مجهودك الجسمانى  
ما أمكن (٢) انك بلاشك تعاني حب  
الشباب . اقضى ما قلناه للحائزة  
ع.ح. بميت غمر .

م.ش. المنيرة :

وصلنا خطابك المسجل وهانحن  
نطلب اليك أن تتبعى ماياتى : ضعى  
على صدرك كل ليلة لمدة ساعة  
تقريبا فوطه مطوية أربع طيات  
تكونين قد غمسيتها في محلول ماء  
البوريك الساخن . ادهنى الشدى  
بالمركب الاتى : ٢ جم اريستول ٣٠  
جم فالسبين نقى ، ١٠ نقط  
Essence de Menthe Poivrée

ضعى عليه بعد ذلك كمادات  
مغموسة في المحلول الاتى : ٢ جم  
شب ، ٣٠ جم اسيتات الرصاص  
٥٠٠ جم ماء معقم . اتركى  
الكمادات ساعة أو ان أمكن طوال  
الليل .

الآنسة ز. محمد طنطا :

(١) نظفى رأسك جيدا بالطريقة  
الآتية : فرشى شعرك ثم مشطيه  
لتخليصه من القشرة العالقة به .  
بلميه بعد ذلك بالماء الدافى ثم  
صبتيه بشامبو سائل كثير الرغوى  
اشطفيه بالماء الدافى ثم صبتيه  
مرة ثانية وادعكيه الى أن تصبح  
رغوته غليظة . اشطفيه عندئذ  
بالماء الدافى المضاف اليه شيء من  
الخل .

ن.م.ك. :

(١) الشامبو يباع في الصيدليات  
ومحال بيع مستحضرات الزينة  
ويستعمل بدلا من الصابون في  
غسيل الرأس (٢) انت متوسطة  
القامة وكل ما ذكرته يليق بك . لا  
تردى اللون البنى ولا الأحمر (٣)  
يجب أن تكثرى من أكل النشويات  
أن أردت أن يزيد وزنك السدى  
يجب الا يقل عن ستين كيلوجراما  
بأى حال من الاحوال .

زينب زكريا السيد :

لاتقوى بنفسك بهذه العملية  
الدقيقة . اذهبى الى الحلاق

فايزة السيد :

(١) مشطى شعرك يوميا لمدة عشر  
دقائق (٢) امتنمى عن تناول الخلات  
والتوابل وقللى من أكل الشوكولاته  
اياك ولس وجهك بيديك . اغسلى  
وجهك جيدا بالماء الساخن  
والصابون ثم رشى عليه شيئا من  
بودرة التالك . لاتقلقى من حب  
الشباب فانه سيزول ان اتبعيت  
نصائحنا (٣) نحن ننشر غرض التريكو  
المختلفة على التوالى .

ك.س. الزيتون :

ادهنى بشرتك بكريم دسم يوميا  
ولا تعرضى وجهك لاشعة الشمس .  
واذا لم يأت هذا العلاج بالفائدة  
المرجوة أعرضى نفسك على طبيب  
فقد يكون الكبد في حاجة الى شيء  
من العناية .

امثال ع.ا. القاهرة :

انصح بعرض نفسك على طبيب  
امراض جلدية اذ ان بشرتك دهنية  
ولايد من علاجها .

اعتدال قارئة بشبرا :

(١) البرمانت يفرط الشعر لثلاثة  
اشهر أو أكثر قليلا ولكننا لانصحك  
بعمله لانه يصف الشعر ويقصفه  
(٢) فقدان الشهية سببه عدم الحركة  
اخرجى يوميا وسيرى على الاقدام  
لمدة نصف ساعة . ابدئى بتناول  
السلطة فانها تفتح الشهية .

آنسة الفت ل. :

لا داعى لاجراء هذه العملية ولا  
نعتقد انك في حاجة اليها الان .  
اما ان كنت مصممة عليها فارسلى  
لنا اسمك وعنوانك لنذلك على  
الجراح الاختصاصى في هذه العمليات

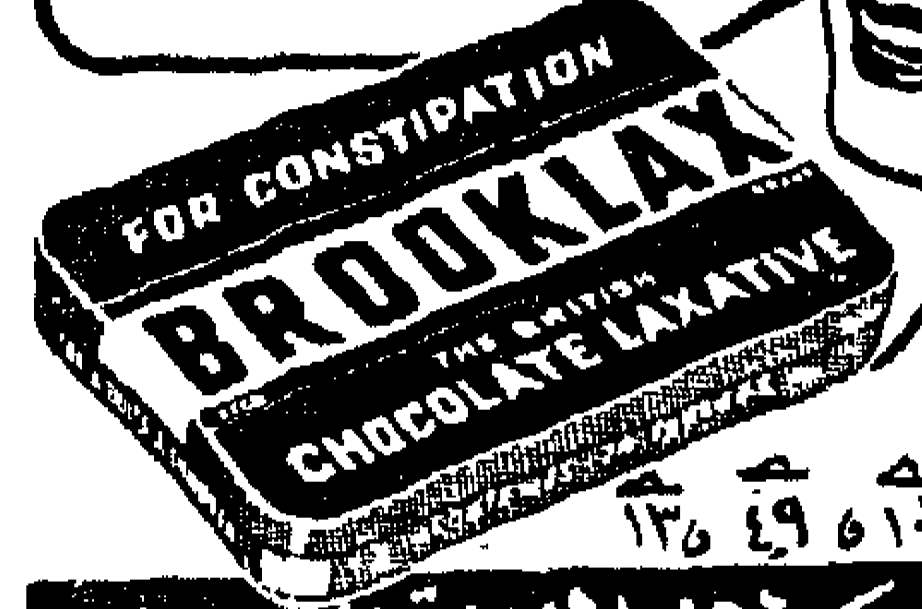
ايلى الحائرة بالاسكندرية :

قوى بهذا التمرين يوميا .  
ضعى ذراعيك الى جانبك ثم  
ارفعيهما امامك الى أن يصلا الى  
مستوى الكتفين . ولتكن ذراعاك  
مشدودتين أثناء اجراء هذا التمرين  
كررى هذه الحركة عشر مرات .  
ان لم تستفيدى من هذا التمرين  
اعرضى نفسك على اختصاصى في  
الفلد فقد تكون في حاجة الى تقوية

م.ش. بالاقصر :

سرحى شعرك جيدا ثم اربطيه  
الى الخلف ونامى . كروى هذه  
العملية يوميا الى أن ينفرد شعرك  
واياك والبرمانت فانه مضر بالشعر

بروكلاكس  
يُزيل الأمساك  
فليلة واحدة



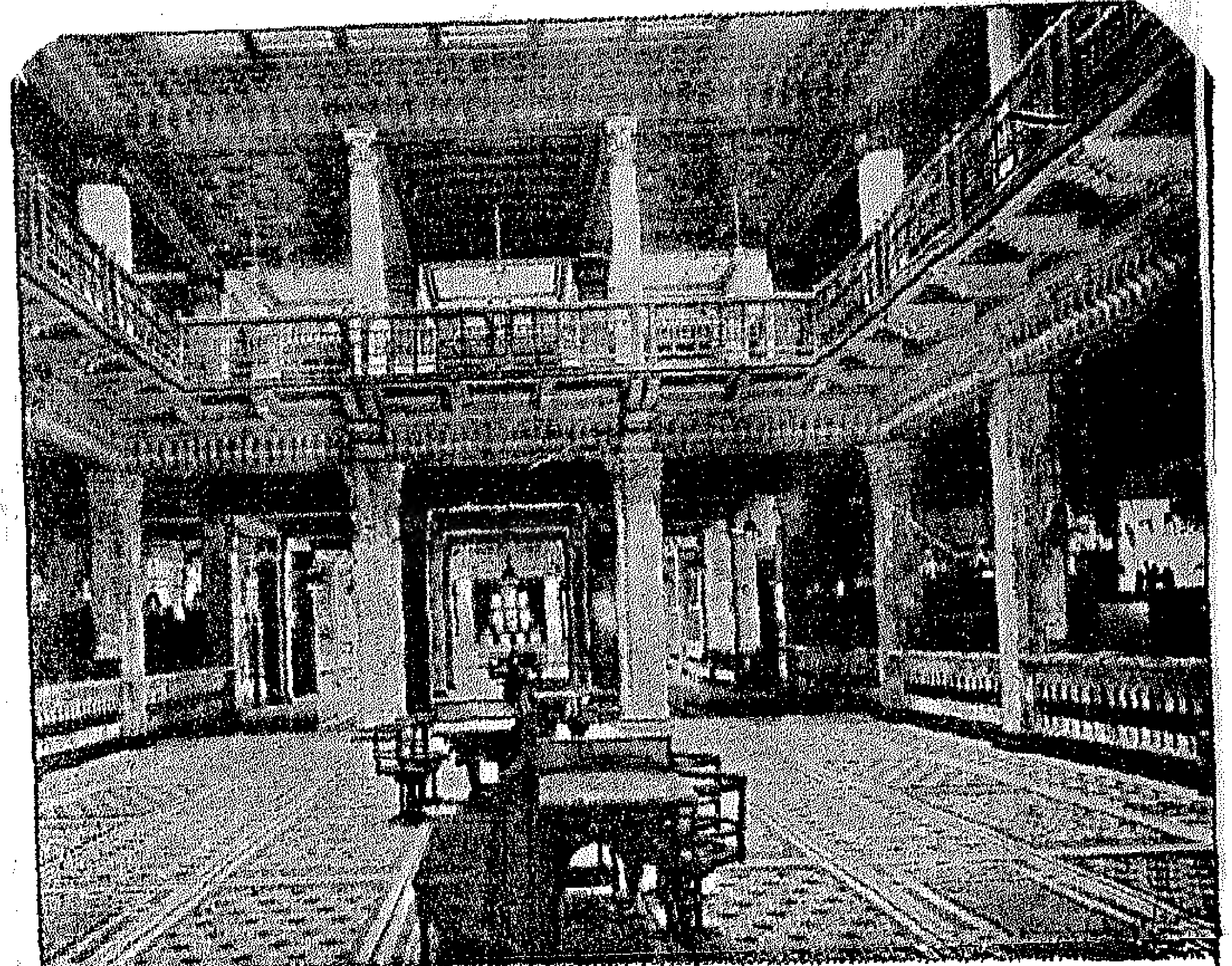
١٣٥ ٤٩ ١٣٥

الشيكولاتة اللينة اللذيذة

السر...  
في الصحة الجيدة  
هو انتظام حركة الامعاء



7



س.ت.م. ٢

بنك مصر

البناء الذى رفعت العزة المصرية  
وعامتها في الاستقلال الاقتصادي

مؤسس شركاتها القومية

منشئ الصناعات الكبرى

يشمل نشاطه كل الأعمال المصرفية

تزرعه بعواصم المديريات ومدنها الكبرى

وكلاؤه ومراسلوه في كل بلاد الخارج



# إلى أوروبا وأمريكا مباشرة



على طائرات الخطوط الجوية

## سويس إير

## SWISSAIR

نضع في خدمتكم نفس الصفات الممتازة التي جعلت من الساعات  
والآلات الميكانيكية السويسرية أشهر ما في العالم من آلات دقيقة

جميع الاستعلامات من :

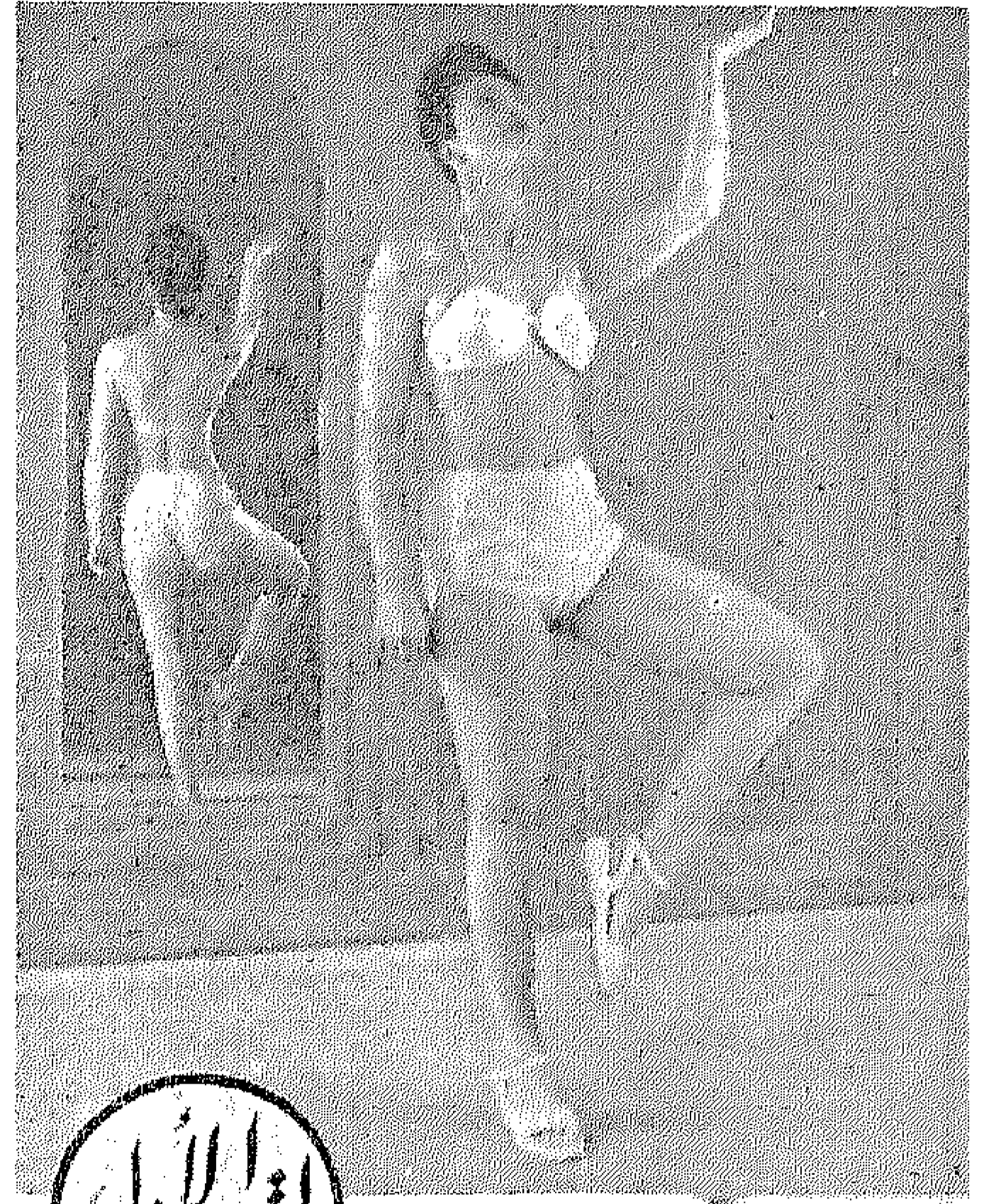
المكتب لأهل السويدي للسياحة

٢٢ شارع قصر النيل تليفون ٤٠٩٣٨ بالقاهرة  
أو من مكاتب السياحة المعروفة

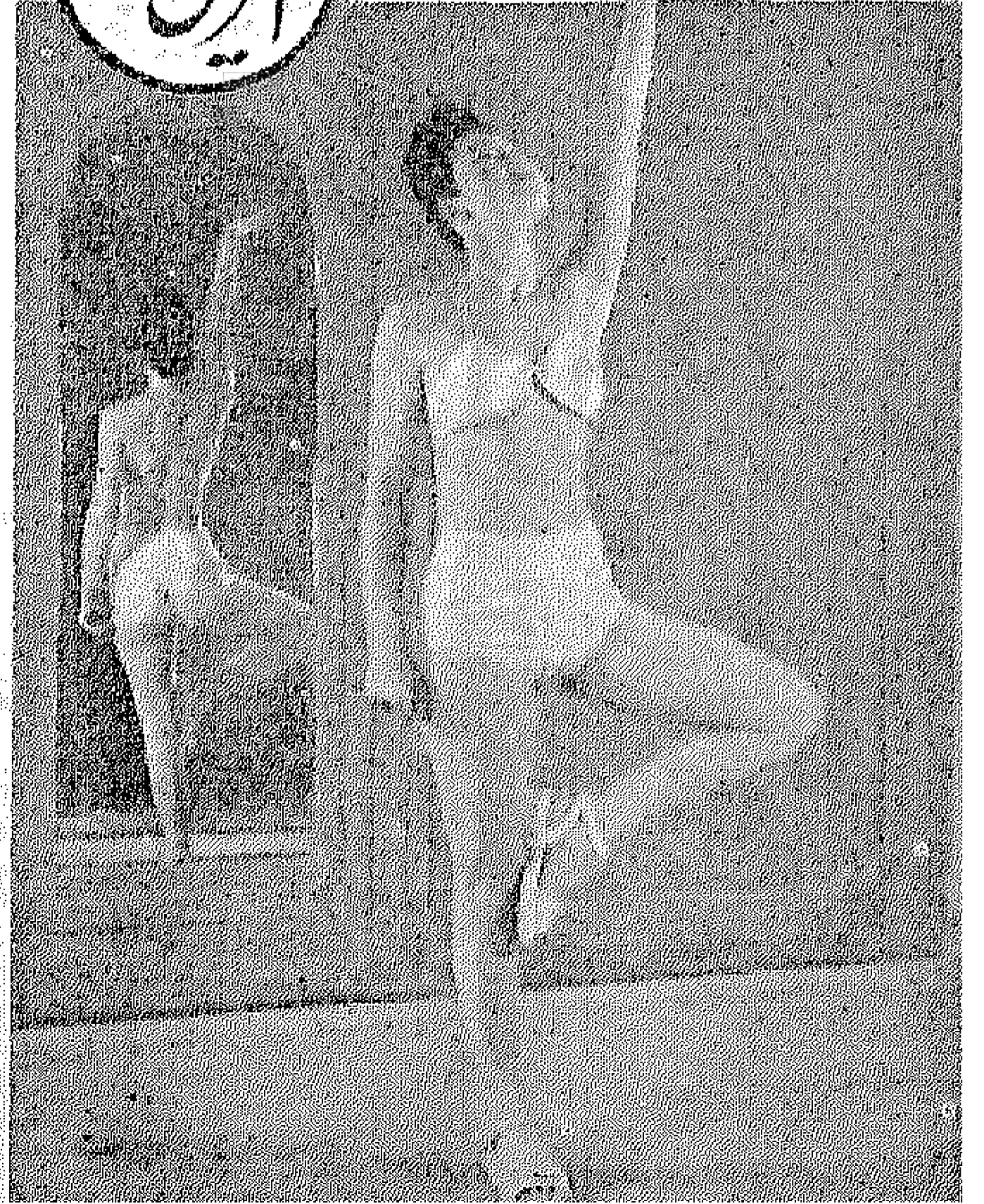


# الرياضة تحت ضغط الأعصاب

نحن جميعا ضحايا الارهاق العصبي الذي تكبده لنا حياتنا الحاضرة .  
وسواء كن لدينا وظيفة نقوم بها أو كنا مشغولات بأعمال المنزل وبالعباية  
بالاطفال فان مهمتنا هذه تضطرنا الى تكرار بعض الاعمال التي من شأنها أن  
تجر علينا شيئا من الملل يزيد أو ينقص حسب مزاجنا الشخصي . ويصل  
هذا الملل عند البعض الى حد الارهاق العقلي فأى حركة نقوم بها تتطلب  
مننا مجهودا كبيرا نشعر بعد أدائها أننا فى حاجة الى الراحة . ويصبح العمل  
حملا ثقيلا نعمل على التخلص منه . ولا شك فى أن مثل هذا الارهاق يؤثر  
على الاعصاب فيضعفها ويضعف قوة احتمالنا للحوادث التي تمر بحياتنا .  
ما الذي نفعله عند ما نتخلص من ذلك ؟ ألا نزر زفرة طويلة ؟ اننا سنقوم  
اذن بأداء تمرينات سهلة تعيننا على التخلص مما نشكو منه .



التمرين الأول



## التمرين الاول :

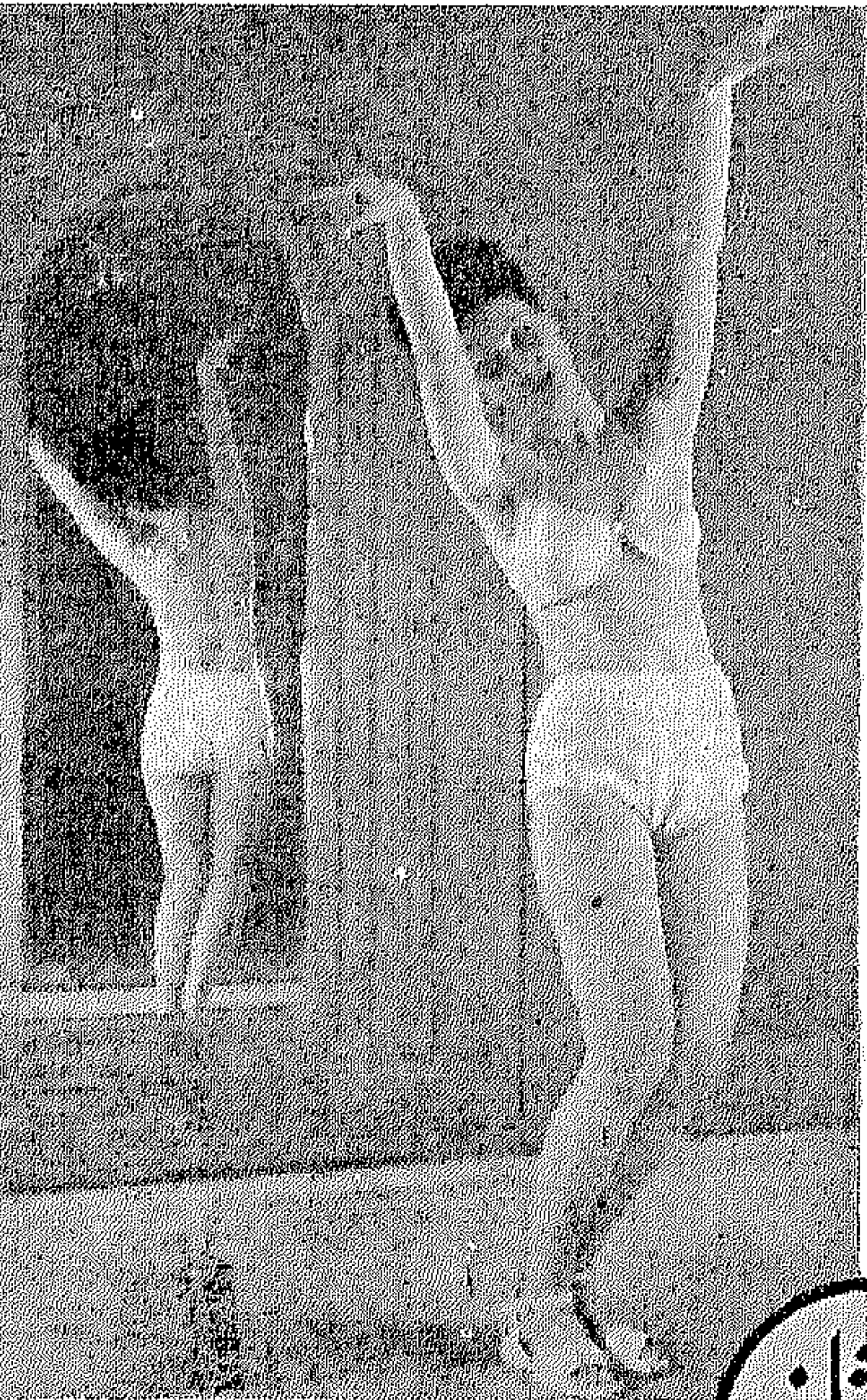
قفى معتدلة على القدمين . ارفعى  
الساق اليسرى الى الجانب مع ثنى  
الركبة . ارفعى ذراعك اليسرى مع  
ادارة راحة اليد الى أعلى بحيث تكون  
زاوية قائمة مع المعصم .

اقدفى الذراع اليسرى فى الهواء  
وفى نفس الوقت ضعى قدمك على  
جانب الركبة وليتبع الرأس حركة  
الذراع بينما يعبر الوجه عن الانتظار .

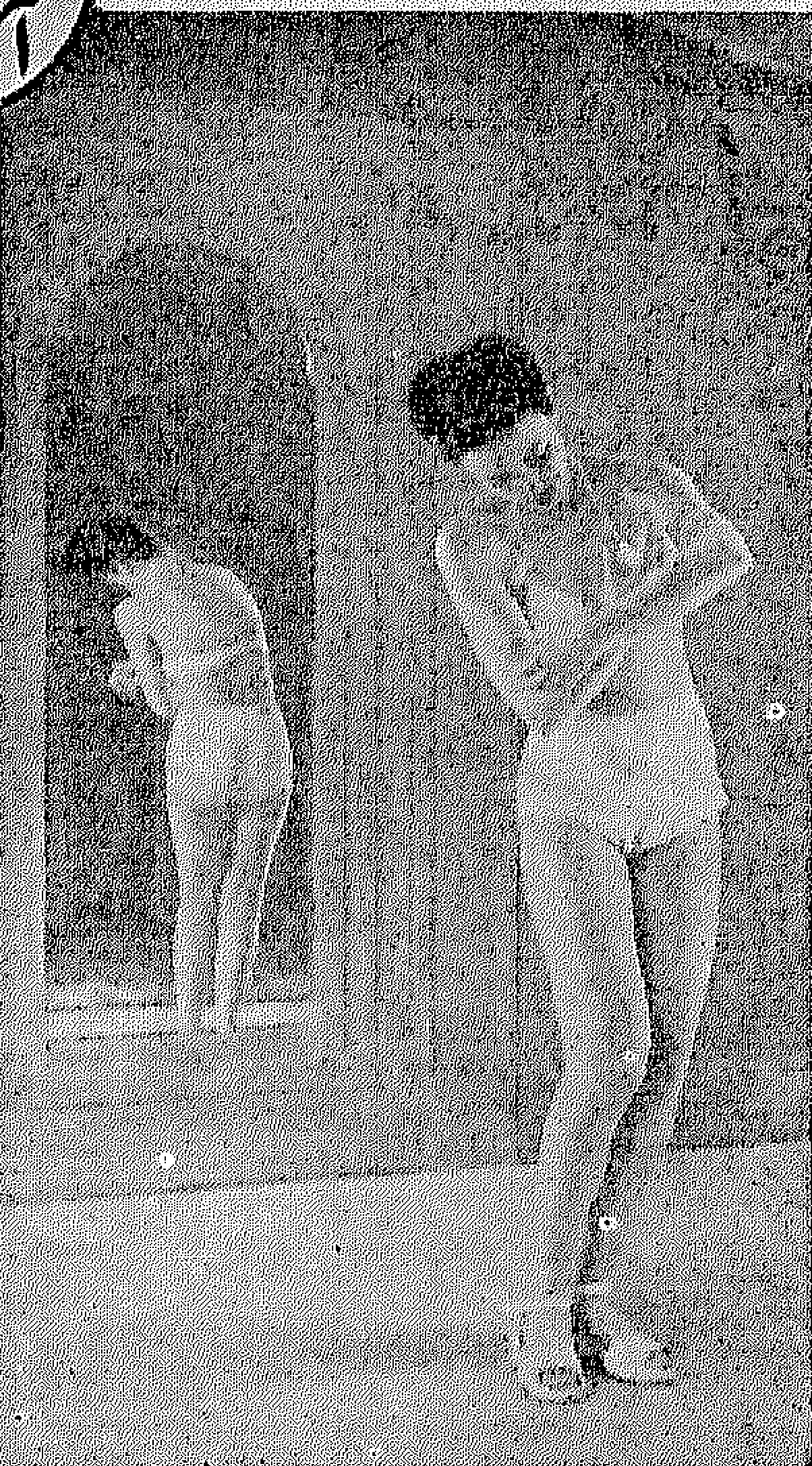
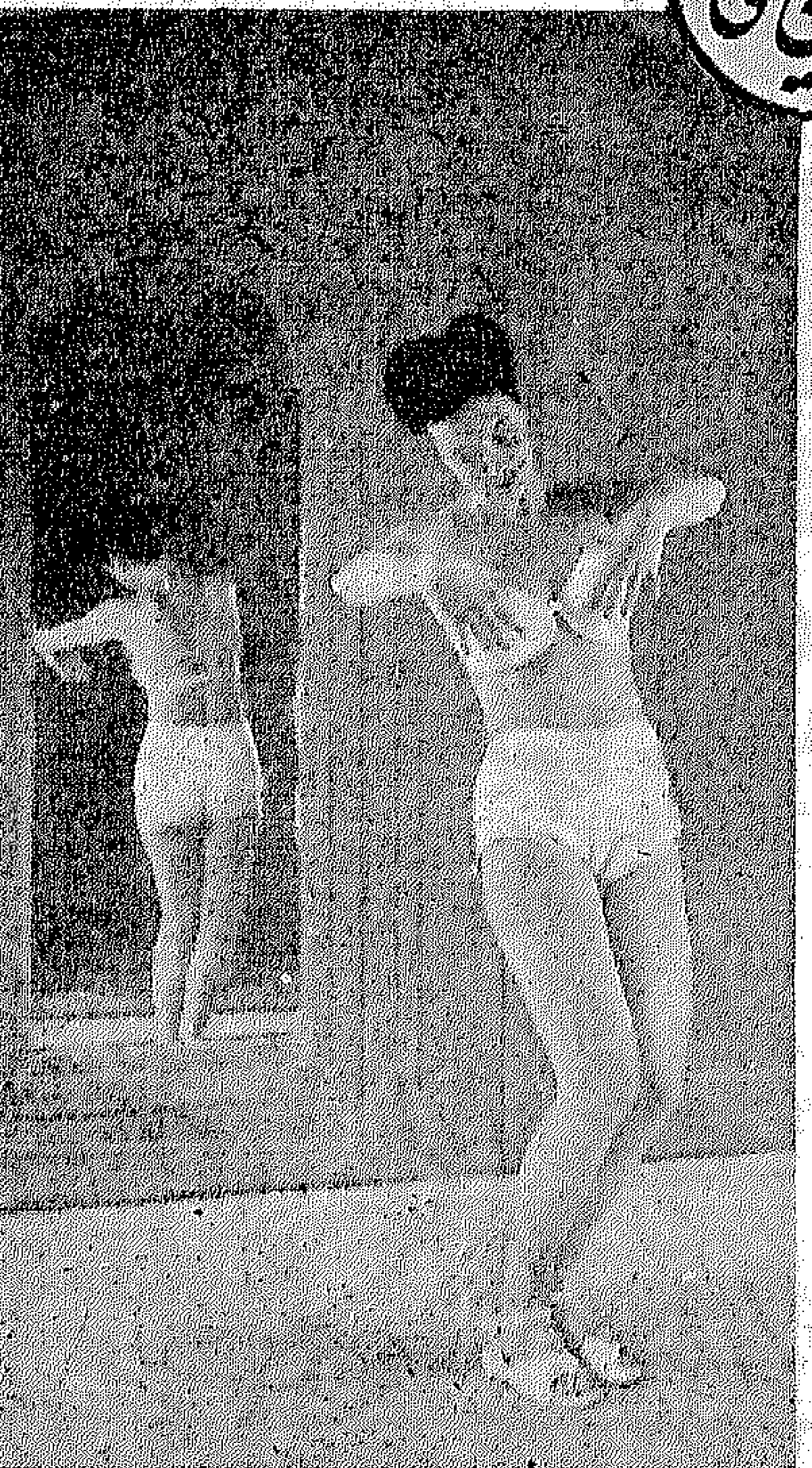
## التمرين الثانى :

ضمى قدميك الى بعضهما واثنى  
ركبتيك مع قذف الذراعين فى الهواء  
وامالة الرأس الى الجانب . ضمى  
المعصمين الواحد الى الآخر فى حركة  
هابطة .

افتحى اليدين أمام الصدر مع ثنى  
المعصمين . أدبرى ذراعيك بعد ذلك  
وشكليهما على هيئة المهد مع امالة  
الرأس ببطء .



التمرين الثانى





# شركة مصر للغزل والنسيج الرفيع من القطن المصري

## مصانع كفر الدوار

تقرير مجلس الادارة المقدم الى الجمعية العامة العادية للمساهمين  
المنعقدة في يوم الجمعة الموافق ٢٢ ديسمبر سنة ١٩٥٠

### حضرات المساهمين

يسرنا أن نبليغ حضراتكم أن نتيجة أعمال الشركة خلال هذا العام كانت مرضية . فقد زاد الانتاج الى ستة وخمسين مليوناً ونصف مليون ياردة من الاقمشة والى تسعة آلاف طن من الخيوط . واستطاعت شركتكم أن تصدر جانباً من خيوط الغزل ومن المنسوجات الى أوروبا والباكستان . وقد كان من الممكن أن يتضاعف هذا القدر المصدر لولا الغاء نظام الاعانة في نهاية شهر فبراير سنة ١٩٥٠ من ناحية وارتفاع أسعار الاقطان من ناحية أخرى .

ونحن لا يفوتنا أن نشير هنا الى ما كان لنظام الاعانة من نتائج طيبة ساعدت كثيراً على تصريف جزء من الانتاج المحلي المتزايد والذي يفيض الآن عن حاجات الاستهلاك كما ساعدت على فتح سوق في الخارج لمصنوعاتنا القطنية . ونأمل - حرصاً على دعم هذه الصناعة القومية التي تعتبر أهم صناعات البلاد - أن تنظر الحكومة في إعادة العمل بهذا النظام خصوصاً وأن الارتفاع الكبير في أسعار القطن هذا العام مضافاً اليه ارتفاع أثمان مواد الصناعة قد زاد من أعباء الصناعة زيادة كبيرة .

وقد اضطرت الشركة لهذه الاسباب ولغيرها أن تعيد النظر في أسعار البيع فرفعتها كارهة لمواجهة ما طرأ من الزيادة على عناصر التكاليف المختلفة .

ونحن نود أن نؤكد هنا أن سياسة الشركة كانت طوال سني حياتها ولا تزال ، بعيدة عن المغالاة في تسعير انتاجها بل كانت تهدف دائماً ، من وراء التوسع في الانتاج ، الى تخفيض نفقات التشغيل الى أقصى حد مستطاع لتمكين من تخفيض أسعار منتجاتها باستمرار . غير أن ارتفاع سعر القطن - كما أسلفنا - وهو العنصر الاساسي في تكاليف الانتاج - قد اضطرها الى تعديل أسعار البيع والا استهدفت لخسائر لا يمكن احتمالها . ومع ذلك فان التعديلات

التي أجرتها الشركة على أسعار بيع منتجاتها لا زالت الى الآن أقل مما يقتضيه الارتفاع الكبير في سعر القطن الخام . وقد قررت الحكومة أخيراً الاستيلاء ، بأسعار محدودة ، على بعض رتب القطن اللازم لصناعة الغزل المحلية ضماناً لتوفير هذه المادة الخام من ناحية ، ومن ناحية أخرى لعدم ارتفاع سعر الاقمشة كلما ارتفع سعر القطن . والمرجو أن يؤدي تنفيذ هذا القرار الى الغرض الذي يتوخاه ولاة الامور .

ومهما يكن من أمر الصعوبات التي نلاقيها فان شركتكم تابعت ، ولا تزال تتابع جهودها في تحسين انتاجها وتنويعه واتقانه وخفض نفقاته . ويسرنا أن ننوه هنا بالمعونة الصادقة التي نلقاها في هذه الناحية من زميلتنا شركة صباغى البيضاء ، فقد كان لها أثرها في الوصول بانتاج شركتكم الى مستوى عال .

\*\*\*

واصلت الشركة عنايتها بشئون عمالها وموظفيها فتم اسكان العمائر الجديدة التي أنشئت للعمال في العام الماضي ، وأصبح عدد المساكن المعدة للسكن ١٧٧٥ مسكناً كما أعدت سوقاً جديدة لمدينة العمال الثانية لبيع الحاجيات الضرورية بأسعار تراقبها الشركة .

كذلك عنت الشركة بالناحية الصحية فألحقت بالوحدات العلاجية المجانية قسماً للإشعة وآخر لعلاج أمراض الانف والاذن والحنجرة . وعنت أيضاً بشئون الثقافة والترفيه ، فقدمت لوزارة المعارف مبنى لاستعماله كمدرسة ثانوية مساهمة منها في تفريغ أزمة دور التعليم بمدينة كفر الدوار ، كما زادت من عدد السيارات المعدة لنقل أبناء الموظفين الذين يواصلون التعليم بمدينة الاسكندرية .

### حضرات المساهمين

تعلمون حضراتكم أن رأس المال كان قد خدد بموجب المادة الخامسة من قانون الشركة الانشائي بمبلغ

٢٥٠٠٠٠ جنيه مقسمة الى ٦٢٥٠٠ سهم قيمة كل منها أربعة جنيهات . ثم قررت الجمعية العمومية المنعقدة في ١٩ اكتوبر سنة ١٩٣٨ تخويل مجلس الادارة الحق في زيادة رأس مال الشركة لغاية مليون جنيه باصدار أسهم جديدة على دفعة واحدة أو جملة دفعات في الاوقات وبالشروط التي يراها .

وقد قرر مجلس الادارة زيادة رأس المال الى ٥٠٠٠٠٠ جنيه بتاريخ ١٧ يونيه سنة ١٩٣٩ .

وبتاريخ ٢٢ ديسمبر سنة ١٩٥٠ قرر المجلس بموجب الحق المخول له زيادة رأس المال الى مليون جنيه باصدار أسهم جديدة قدرها ١٢٥٠٠٠ سهم قيمة السهم الواحد أربعة جنيهات تضاف اليها عشرة قروش نظير مصاريف الاصدار . وقد تقرر منذ الآن أن تخصص هذه الاسهم لمن يريد اقتناءها من المساهمين الحاليين بواقع سهم لكل من يمتلك سبعة في الوقت الحاضر وسيعلن فيما بعد عن جميع الشروط الاخرى التي سيقورها مجلس الادارة .

وعلى أثر تلاوة هذا التقرير قررت الجمعية ما يأتي :

أولاً - التصديق على حسابات الشركة وميزانيتها عن السنة المنتهية في ٣٠ سبتمبر سنة ١٩٥٠ وإخلاء طرف أعضاء مجلس الادارة عن كل ما يتعلق بادارتهم في تلك السنة .

ثانياً - الموافقة على توزيع ربح قدره مائة وخمسون قرشاً لكل سهم ابتداء من يوم ٢٦ ديسمبر سنة ١٩٥٠ .

ثالثاً - الموافقة على إعادة انتخاب حضرات الذين انتهت مدة خدمتهم .

رابعاً - اعتماد ضم جناب المستر جيفرى وليام بيرد عضو مجلس ادارة شركة صباغى البيضاء الى عضوية مجلس الادارة .

خامساً - إعادة تعيين مكتب الخبراء الحسابيين ( رسل وشركاهم ) لمراجعة حسابات الشركة لسنة ١٩٥١ وتفويض مجلس الادارة في تحديد أتعابهم .



أم سيد

بقية المنشور ص ١٧

أحد التلاميذ الصغار الذين يختلفون الى المدارس الاولى ومضت سنة أبدي سيد في خلالها استعدادا طيبا لتلقى العلم الامر الذي أنار آفاقا جديدة من الامل أمام والديه . . . وكثيرا ما كان مرسى يضم زوجته بعنف الى صدره وعيناه تنظران الى لا شئ في الفضاء العريض وهو يتمتم :

- بكره سيد ده لازم يكون رجل عظيم . . مش ممكن حايكون ساعى أبدا . . أبدا . . آه يا أم سيد نفسي أعيش علشان أشوفه دكتور . . محامى . . قاضى . . مهندس . . نفسي . . أوى يا أم سيد . ومضى الزمن

مضى يطحن الحياة والناس والاحلام والالام . . ولم يعيش مرسى ليرى شيئا من أماله يتحقق فقد وقع له حادث تصادم أودى بحياته وكان ذلك في صباح أحد الايام منذ أكثر من سنتين وهو في طريقه الى محل عمله . . كان متأخرا عن الميعاد بضغ دقايق فاضطر أن يركب الترام . ركه من الشمال لانه لم

يستطع أن يدفع أجر ركوبه من اليمين فكان ان التهمه ترام جاء مسرعا من الناحية المقابلة ولفظه آخر الامر قطعاً متناثرة على أرض الشارع . . وكان هذا هو كل ما تركه مرسى لزوجته وابنه سيد ليواجهها به الحياة . . .

وقيل لام سيد انها تستطيع أن تحصل من الحكومة على مكافأة عن سننى الخدمة التى قضاه زوجها فقدمت بذلك ما يزيد على ثلاثة عشر طلبا فى تواريخ متلاحقة وحتى الان لم ينجح طلب واحد . . . . .

وكان من الطبيعى أن تخوض أم سيد بنفسها كفاح الحياة . . والا تعرضت هى وابنها للجوع للموت للعدم . . . واستطاعت أن تقترض من أختها أم أحمد شيئا من مال اشترت به بعض الفجل والجرجير وقبعت فى أحد أركان شارع السد تعرض تجارتها على المارة لقاء مليم واحد ( لربطة الفجل ) ومليمين ( لحزمة الجرجير ) .

ومن وراء هذه ( الملاليم ) التافهة تتحصل عليها فى نهاية كل يوم تحاول المسكينة هى وابنها الحياة مجرد الحياة ولم تستطع ان توفر لسيد ( ثمن ) علمه

فكان ان فصلته المدرسة وألقت به على رصيف الشارع بجوار أمه وفى كل يوم كان زملاؤه الصغار الذين كان معهم تلميذا يملكون به ويسألونه فى براءة وساذجة : - امى حترجع المدرسة تانى ياسيد . . .

وكان سيد لا يستطيع أن يجيبهم فيكتفى بالنظر الى أمه بعينين حزينتين وكانت أمه أيضا لا تستطيع الا أن تترك الدموع تغسل عينيها - نفسى أعيش وأشوفه دكتور . . محامى . . قاضى نفسى يا أم سيد !

وكانت المسكينة تفكر وتفكر وتفكر ولا تصل فى النهاية الا الى نتيجة واحدة : هى تبيع الفجل وابنها بجانبها عاقل شريد قد حرم العلم والنور والامل فى مستقبل باسم . . .

ومضى الزمن . . . مضى يطحن الحياة والناس والاحلام والالام . . وجاءتها أم أحمد يوما باسمه الوجه مشرقة وهمست فى أذنها : - مبروك !

- مبروك على ايه يا أم أحمد . . .

- ربنا جبرك . سيد يقدر من النهاردة يروح المدرسة من غير ما يدفع ولا مليم . . .

- من غير ما يدفع ولا مليم !! ازاي . يا أم أحمد . . سمعت النهارده ان رجل جديد جه فى وزارة المعارف اسمه طه حسين فتح المدارس كلها قدام أولاد الناس من غير مصاريف . .

- والنبي حقيقى الكلام ده يا أم أحمد !!

- ياسلام يا أم سيد . . هو أنا حاكب عليك ! ده حتى قال ان العلم . . .

- . . . العلم نورن !

- لا يا أختى قال ان العلم زى الهوا والشمس والميه من حق كل الناس . . .

وارتعشت شفتا أم سيد دون أن تخرجا كلمة واحدة وراحت بعينين دامعتين تنظر الى ابنها فى حنان دافق . . .

وفى صباح اليوم التالى لم يشاهد المارة بشارع السد مشنة أم سيد فى مكانها كالمعتاد . . وظن الكثيرون أنها مريضة ولكن القليلين كانوا يعرفون انها ذهبت مع ابنها سيد الى مدرسة الحى الابتدائية . . .

ووقفت أمام موظفى المدرسة تطلب الحاق ابنها بها وحاول الموظفون أن يتهربوا من اجابة الطلب بشتى المعاذير يتعللون بعدم وجود أماكن وأخرى يدعون بأن عمر سيد فوق الحد المقرر للقبول . . ولم تطق أم سيد صبرا فاقترحت حجرة الناظر وصرخت قائلة : - اسمع يا حضرة الناظر

فيه رجل عندكم اسمه اسمه . . طه حسين يقول ان العلم بقى زى الهوا والشمس والميه محدش يقدر يمنعه عن الناس وابنى واحد من الناس لابد يتعلم . . لابد يا حضرة الناظر . . لابد !!

ولم يستطع الناظر أمام اصرار أم سيد الا أن يقبل الابن تلميذا بمدرسة . . . وغادرت أم سيد المدرسة وهى تطلق من أعماقها ( زغاريد ) تفيض مرحا وسعادة . . .

. . . ووصلت الى بيتي وخرجت الى الشرفة قليلا (أراقب حركة الشارع الكبير وفجأة ترمى الى أذنى صوت جرس مدرسة الحى يعلن انتهاء اليوم الدراسى فانطلقت الى الشارع جموع التلاميذ الصغار فى ضجة صاخبة ضاحكة على وجوههم تلمع سمات البريئة والامال الوليدة . . نظرت اليهم طويلا وقلت لنفسي : لا شك ان ابن أم سيد واحد منهم . واحد من جيل جديد يصنعه طه حسين لمجتمع جديد . .

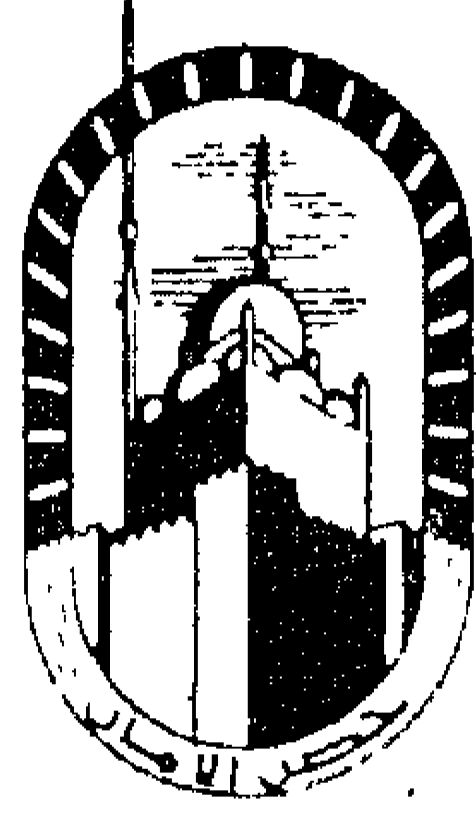
لكي تحفظ الملايس دائماً ببياضها الناصع ، إستعملى قليلاً من :

زهرة كولمان

ف نخايت غسّل الملايس عند شطرها







# شركة مصر للتأمين

التأمين على الحياة لصالح الاطفال

بوليصة التأمين التي بعثت الطهانية في نفوس الامهات

وضمنت المستقبل القريب والبعيد للابناء والبنات

المركز الرئيسى بالقاهرة : ٣٤ شارع قصر النيل تليفون ٧٩٧٩٧



# اليدان والاطراف

بطرف الاصبع الى المعصم  
ولتكن حركة التدليك كحركة  
التي ترتدى قفازات ضيقة.

- ان كنت من اللواتي  
يدخن - وأرجو ألا تكوني  
كذلك - وأردت ازالة آثار  
النيكوتين التي تصفر  
الاصابع والاطراف عليك  
بغمس يديك بمحلول ماء  
( جافيل ) النقي وهو  
يباع في الصيدليات .  
اشطفي يديك بعد ذلك بالماء  
البارد .

**كيف تضعين الاكلادور على  
أظفرك ؟**

- ان كان ظفرك على شكل  
اللوزة فضعي الاكلادور على  
كل الظفر فيما عدا قاعدته  
ورأسه . أنظري الرسم

- ان كان ظفرك مربعا  
أتركي جوانبه بدون تلوين  
ليبدو مستطيلا

- ان كان ظفرك مستديرا  
فما عليك الا أن تدهني  
قاعدته ورأسه وتتركي من  
الجانبين جزءا رفيعا بدون  
تلوين فيبدو الظفر بيضاويا  
- وان كان شكل ظفرك  
يحاكي شكل ملعقة الدندمة  
فعليك بتدوير طرفه  
بالاكلادور وترك الاحمر في  
الوسط مع ترك خط طويل  
من كل جانب من جانبي  
الظفر .

يمكن لكل يد أن تكون  
جميلة لو بذلت العناية  
اللازمة . لا تشتكي اذن من  
يديك ما دام في استطاعتك  
تجميلها . وان كانت أظفرك  
طويلة أو قصيرة أو غير  
طبيعية فلا تقولي : ( ما أظف  
يداي ! لا أريد أن أراهما )  
ان في امكانك أن تصنعي  
منهما يدين على جانب كبير  
من الجمال .

سوف تقولين انني أشتغل  
صباح مساء وأستعمل يداي  
في تقشير الخضروات  
والعناية بالمنزل وغسيل  
الصحون و . . و . . فكيف  
لي بعد ذلك أن أهتم بجمال  
يدي وشكل أظفري ؟!

اننا لا نطلب منك  
ياسيديتي أكثر من خمس  
دقائق في اليوم تعطينها  
لاظفرك ويديك . ولا نعتقد  
أبدا أنك ستبخلين على  
نفسك بهذه المدة القصيرة .

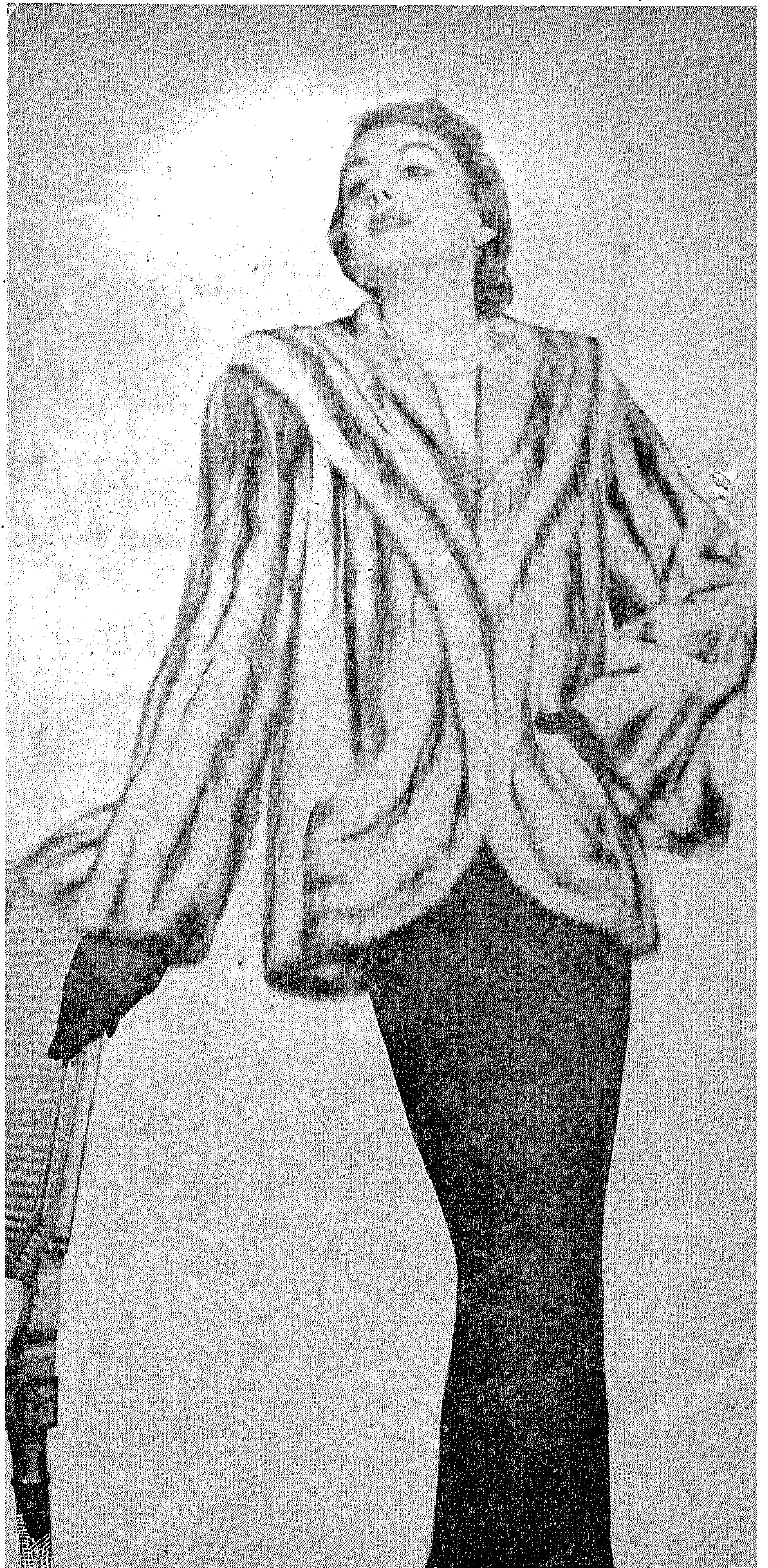
وهذه هي الخطوات  
ان أردت أن تعني بأظفرك  
الخمس قدمها اليك  
وتستغرق كل خطوة منها  
دقيقة واحدة لا أكثر ولا  
أقل .

- دلكي كل ليلة طرف  
الاصبع قبل الظفر بالفازلين  
لتقوية الظفر وتجنيف الجلد  
الذي يظهر على حافة الظفر  
فيسهل ازالته .

- ان كانت أظفرك لينة  
أو ضعيفة قابلة للتقصف  
اغمسي قطنة في يود أبيض  
وامسحي بها حول الاظافر  
وتحتها .

- ادعكي ظفرك دعكا  
خفيفا بورق صنفرة ناعم  
جدا وضعي بعد ذلك الكريم  
الخاص ودلكي طرف الاصبع  
تدليكا خفيفا .

- دلكي يديك مبتدئة



أحسن الضراء في محلات  
**كندا فورست**  
٣٨ شارع قصر النيل

**فقر الدم**

**الأنحطاط  
الضعف**

يعالج باستعمال

شرب

**هيموكلورين ديسان**  
الذي يمنح الدم لونه في العالم



# فترمها هدية من هوليوود



اديل جر جنس  
نجمة كولومبيا

انها ستسر كثيرا عند ما تفاجئها بمجموعة  
الماكياج ذى الالوان المنسجمة الذى ابتكره  
خصيصا لها ماكس فاكتر هوليوود الاخصائى  
الموهوب فى فن الماكياج الحديث كما ستشير  
اعجابها جمال هذه اللعبة الفاخرة الدقيقة  
الصنع الذى سيكون أبرز حلية فى غرفة زينتها



## Max Factor Hollywood

### ماكس فاكتر هوليوود

علبة للماكياج مذهبة وبلاستيك

موديلات علب ماكياج ماكس فاكتر هدايا رائعة تقناها كل حسناء  
تباع فى جميع المحلات الكبرى ومخازن الادوية والصيدليات : الموزعون : قيتاد وشركاه بالقاهرة والاسكندرية



سجارة  
السيقة اللانيقة



أرداث  
بفم فلتد